

Утверждаю

Врио. директора
КГБОУ «Елизовская школа-интернат для обучающихся с ограниченными
_____ /Дербенев А.А./

МЕНЮ

21 декабря 2023 г.

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|--------------------|---------------|-------------------------------------|-------------|-------------------|--------------|--------------|--------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 184 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 250 | 13,2 | 15,5 | 51 | 399 | 1,4 |
| 2012 | 6 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 20 | 0,1 | 16,5 | 0,2 | 150 | 0 |
| 2007 | 27 | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 40 | 8,9 | 11,3 | | 140 | 0,1 |
| 2007 | 126 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/ | 200 | 7,7 | 8,1 | 27,3 | 214 | 1,4 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 5 | 1,9 | 33,9 | 173 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ | 30 | 2 | 0,3 | 12,7 | 61 | 0 |
| Итого | | | 590 | 36,9 | 53,6 | 125,1 | 1137 | 2,9 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2003 | 136 | ФРУКТ/ГРУША | 270 | 1 | 0,8 | 25,5 | 116 | 5,1 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 30 | 2,7 | 2,2 | 34,5 | 168 | 0 |
| 2007 | 129 | ОТВАР ШИПОВНИКА/ | 200 | 0,6 | 0,2 | 16 | 78 | 73,3 |
| Итого | | | 500 | 4,3 | 3,2 | 76 | 362 | 78,4 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2007 | 19 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ/ | 100 | 1 | 5 | 3,4 | 64 | 8,4 |
| 2003 | 32 | СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ/ | 300 | 10,4 | 11,7 | 15,6 | 209 | 7,8 |
| 2008 | 559 | КАЛЬМАР В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 125 | 24,9 | 4,8 | 6,2 | 169 | 12,7 |
| 1995 | 8,1 | РИС ОТВАРНОЙ/ | 180 | 4,2 | 4,6 | 43,8 | 234 | 0 |
| 1995 | 11,10 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ/ | 200 | | | 16,1 | 65 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/ | 150 | 10,6 | 0,9 | 69,7 | 329 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ | 80 | 5,4 | 0,7 | 34,6 | 167 | 0 |
| Итого | | | 1135 | 56,5 | 27,7 | 189,4 | 1237 | 28,9 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ/ | 200 | 1 | | 25,4 | 110 | 8 |
| 2003 | 492 | БУЛОЧКА СДОБНАЯ ЗАПЕЧЁН/ | 80 | 7,2 | 11,6 | 49,1 | 329 | 0,1 |
| Итого | | | 280 | 8,2 | 11,6 | 74,5 | 439 | 8,1 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2007 | 5 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ ИЗ Б/К/ | 100 | 1,2 | 5,1 | 9,7 | 92 | 11,6 |
| 2003 | 161 | ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ ФАРШИР. КАПУСТОЙ/ | 100 | 14,2 | 14,3 | 8,6 | 220 | 6,7 |
| 1995 | 8,6 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ/ | 180 | 10,2 | 8,3 | 46,4 | 301 | 0 |
| 1995 | 11,36 | ЧАЙ С САХАРОМ/ | 200 | 0,1 | | 11,5 | 46 | 0 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/ | 40 | 2,8 | 0,2 | 18,5 | 87 | 0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ/ | 40 | 2,8 | 0,4 | 17,7 | 85 | 0 |
| Итого | | | 660 | 31,3 | 28,3 | 112,4 | 831 | 18,3 |
| Ужин 2 | | | | | | | | |
| 2008 | | ЙОГУРТ/ | 200 | 7,1 | 6,4 | 11,5 | 144 | 1,8 |
| 2008 | 5874 | СУХАРИ | 10 | 1,1 | 0,1 | 7,3 | 34 | 0 |
| Итого | | | 210 | 8,2 | 6,5 | 18,8 | 178 | 1,8 |
| Всего | | | | 145,4 | 130,9 | 596,2 | 4184 | 138,4 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024