

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		
<b>Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>590</b>	<b>36,9</b>	<b>53,6</b>	<b>125,1</b>	<b>1137</b>	<b>2,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>500</b>	<b>4,3</b>	<b>3,2</b>	<b>76</b>	<b>362</b>	<b>78,4</b>
<b>Обед</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>1135</b>	<b>56,5</b>	<b>27,7</b>	<b>189,4</b>	<b>1237</b>	<b>28,9</b>
<b>Полдник</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>280</b>	<b>8,2</b>	<b>11,6</b>	<b>74,5</b>	<b>439</b>	<b>8,1</b>
<b>Ужин</b>								
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
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>31,3</b>	<b>28,3</b>	<b>112,4</b>	<b>831</b>	<b>18,3</b>
<b>Ужин 2</b>								
2008		ЙОГУРТ/	200	7,1	6,4	11,5	144	1,8
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7,3	34	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>8,2</b>	<b>6,5</b>	<b>18,8</b>	<b>178</b>	<b>1,8</b>
<b>Всего</b>				<b>145,4</b>	<b>130,9</b>	<b>596,2</b>	<b>4184</b>	<b>138,4</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024