

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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								
1995	4,6	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ ЗАПЕЧЁННЫЙ/	210	21,2	22,6	8,5	326	0,9
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	16,5	0,2	150	0
2008		ИКРА МИНТАЯ (ПОРЦИЯМИ)	40	14	0,9	0,6	66	1
2007	126	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ/	200	8,4	8,8	27,6	226	1,5
2008		БАТОН	50	4,1	1,6	28,3	144	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			550	49,8	50,7	77,9	973	3,4
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/ЯБЛОКО	280	1	1	22,7	109	9,6
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА/	200	0,5	0,1	28	115	0
Итого			510	2,3	2,1	73,9	330	9,6
Обед								
2007	4	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС/	100	1,8	8,4	7,4	114	2,8
2007	41	СУП РЫБНЫЙ/	300	8,7	1,8	11,2	96	5,9
2007	106	ТЕФТЕЛИ МЯСО-КРУПЯНЫЕ/	100	15,2	16,2	8,1	237	1
2007	53	КАРТОФЕЛЬ, ОТВАРНОЙ, ЗАПЕЧ. С Р/М/	200	3,9	3,6	31,8	175	16,1
1995	11,10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ/	200			15,2	61	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	10,5	0,9	68,9	325	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	5,1	0,7	32,7	157	0
Итого			1130	45,2	31,6	175,3	1165	25,8
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
2008	К/к	КРУАССАН	70	5	2,9	51,2	197	0
Итого			270	6	2,9	76,6	307	8
Ужин								
2007	18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ И Р/М/	150	2	8,4	11,5	130	5,1
2012	251	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	16,3	15,4	9,2	241	0,5
2007	76	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ/	220	11,4	14,4	44	351	0
2012	128 а	ЧАЙ С ЛИМОНОМ/	200	0,2		12,9	55	1,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	2,8	0,2	18,2	86	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,6	0,4	17	82	0
Итого			770	35,3	38,8	112,8	945	7,4
Ужин 2								
2008		ЙОГУРТ/	200	7,1	6,4	11,5	144	1,8
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7	33	0
Итого			210	8,2	6,5	18,5	177	1,8
Всего				146,8	132,6	535	3897	56

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024