

Утверждаю

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

МЕНЮ

26 декабря 2023 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	250	9,5	13,6	51,3	367	1,1
2012	6	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,1	14,9	0,1	135	0
2007	27	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	40	8,9	11,3		140	0,1
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,8	48	0
2008		БАТОН	50	5	1,9	33,9	173	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	30	1,7	0,2	11	53	0
Итого			590	25,3	41,9	108,1	916	1,2
II Завтрак								
2003	136	ФРУКТ/БАНАН	300	2,9	1	40,7	186	8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125	0
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,5	46	0
Итого			530	5,3	3,9	74,5	357	8
Обед								
2007	4	ТОМАТ В СОБСТВЕННОМ СОКУ/	100	1,1	0,4	3,1	21	9
2007	34	СУП КАРТОФ. С МАКАРОН. ИЗ-МИ НА К/Б/	300	3,5	1,9	23,6	125	4,5
2007	108	ПТИЦА ОТВАРНАЯ/	100	30,1	25,9		354	1,3
1995	7,40	КАПУСТА ЦВЕТ. ОТВАРНАЯ, ЗАПЕЧЕН. В СОУСЕ МОЛОЧ/	180	9,5	10,5	12,8	185	52,2
2007	123	КОМПОТ ИЗ СВ/М ЯГОД/	200	0,1		16,6	69	0,9
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	150	11,1	0,9	73	345	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	80	4,5	0,6	29	139	0
Итого			1110	59,9	40,2	158,1	1238	67,9
Полдник								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ/	200	1		25,4	110	8
1995	5,25	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА, ЗАПЕЧЁННЫЕ/	170	28,5	37,4	29,5	574	0,3
Итого			370	29,5	37,4	54,9	684	8,3
Ужин								
2007	11	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С Р/М/	100	1,1	5	3,2	63	10,3
1995	2,15	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЁННАЯ/	100	15,7	15,5	10,9	245	0,4
2007	56	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ/	200	4,8	7,6	29,7	208	14
1995	11,36	ЧАЙ С САХАРОМ/	200	0,1		11,5	46	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ/	40	3	0,2	19,5	92	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ/	40	2,3	0,3	14,8	71	0
Итого			680	27	28,6	89,6	725	24,7
Ужин 2								
2007	2,1	КЕФИР/	200	8,1	7	11,2	148	2
2008	5874	СУХАРИ	10	1,1	0,1	7,3	34	0
Итого			210	9,2	7,1	18,5	182	2
Всего				156,2	159,1	503,7	4102	112,1

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022133

Владелец Дербенев Алексей Алексеевич

Действителен с 17.04.2023 по 16.04.2024