


Согласовано

ответственная за питания в ОУ  
ГКОУ РО "Каменская специальная школа-интернат"  
 /Мазникова И.К./

## МЕНЮ

### 20 января 2023 г.

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2011	121	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГЕРКУЛЕС	250	5,2	5,5	17,2	141
2012	346	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С ЧЕРНОСЛИВОМ	100	1,6	1	15,7	82
2011	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,2	3,3	23,5	137
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	5,5	0,5	36,5	172
<b>Итого</b>				<b>15,5</b>	<b>10,3</b>	<b>92,9</b>	<b>532</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		МАНДАРИН	150	1,2	0,3	11,2	57
<b>Итого</b>				<b>2,2</b>	<b>0,5</b>	<b>31</b>	<b>143</b>
<b>Обед</b>							
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,3	5,3	16,4	122
2011	244	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	150	17,1	16,9	25,3	323
2011	70	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ ТОМАТ	70	0,8		1,7	10
2011	352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	15,6	65
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	120	7,9	1,1	50,9	245
<b>Итого</b>				<b>28,2</b>	<b>23,4</b>	<b>109,9</b>	<b>765</b>
<b>Полдник</b>							
2008	435	КЕФИР	155	4,5	0,2	6	47
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	25	1,9	1,3	13,4	74
<b>Итого</b>				<b>6,4</b>	<b>1,5</b>	<b>19,4</b>	<b>121</b>
<b>Ужин</b>							
2011	321	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4,7	5,8	19,7	153
2011	230	РЫБА ЖАРЕНАЯ	75	14,1	11	2,8	165
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			6,8	27
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	5,5	0,5	36,7	173
<b>Итого</b>				<b>24,3</b>	<b>17,3</b>	<b>66</b>	<b>518</b>
<b>Ужин 2</b>							
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	250	7,5	6,4	12,3	138
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
<b>Итого</b>				<b>9,8</b>	<b>8</b>	<b>28,4</b>	<b>226</b>
<b>Всего</b>				<b>86,4</b>	<b>61</b>	<b>347,6</b>	<b>2305</b>

медицинская сестра диетическая \_\_\_\_\_



Быкадорова Е.Д.