


/Согласовано

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

МЕНЮ

31 января 2023 г.

| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|--|--------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 219 | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА | 155 | 29 | 21,4 | 17,9 | 386 |
| 2008 | 204 | БИТОЧКИ ИЛИ КОТЛЕТЫ МАННЫЕ | 170 | 5,1 | 6,5 | 40,1 | 239 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,4 | 2,8 | 11,8 | 87 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 75 | 5,5 | 0,5 | 36,5 | 172 |
| Итого | | | | 43 | 31,2 | 106,3 | 884 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 9,7 | | 27,3 | 148 |
| 2008 | | БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ | 30 | 2,3 | 1,6 | 16,1 | 88 |
| Итого | | | | 12 | 1,6 | 43,4 | 236 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 104 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 250 | 10,9 | 10,4 | 17,8 | 209 |
| 2008 | 124 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | 150 | 3,4 | 4,4 | 18,9 | 128 |
| 2011 | 228 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ | 150 | 20,7 | 12,2 | 4,7 | 211 |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 70 | 0,6 | 0,1 | 1,2 | 9 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | | | 9,7 | 39 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 120 | 7,9 | 1,1 | 50,9 | 245 |
| Итого | | | | 43,5 | 28,2 | 103,2 | 841 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| 2008 | | АПЕЛЬСИН | 177 | 1,6 | 0,4 | 14,3 | 76 |
| Итого | | | | 2,6 | 0,6 | 34,1 | 162 |
| Ужин | | | | | | | |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 210 | 7,6 | 7 | 48,9 | 289 |
| 2012 | 308 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ | 170 | 20,1 | 18,1 | 15,2 | 304 |
| 2011 | 141 | СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ | 105 | 1,2 | 7,1 | 10,3 | 112 |
| 2011 | 385 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 199 | 5,9 | 5,1 | 9,8 | 111 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 75 | 5,5 | 0,5 | 36,5 | 172 |
| Итого | | | | 40,3 | 37,8 | 120,7 | 988 |
| Ужин 2 | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 207 | 6 | 0,2 | 8 | 62 |
| 2008 | | БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ | 30 | 2,3 | 1,6 | 16,1 | 88 |
| Итого | | | | 8,3 | 1,8 | 24,1 | 150 |
| Всего | | | | 149,7 | 101,2 | 431,8 | 3261 |

медицинская сестра диетическая



Быкадорова Е.Д.