

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 февраля 2023 г.

проживающие 7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2012	211	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ	100	6,9	6,1	15,2	145
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,9	20,8	1,9	235
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71
2011	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,2	3,3	23,5	137
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				24,8	35,8	69,5	703
II Завтрак							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			6,8	27
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,6	5,2	8,1	99
Итого				4,6	5,2	14,9	126
Обед							
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,6	2,8	18,2	109
2011	310	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,7	4,5	22,1	140
2011	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	13,3	9,3	5	178
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	90	1,1	0,1	10,7	49
2011	352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	13,8	57
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	0,7	33,9	163
Итого				25,1	17,5	103,7	696
Полдник							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		МАНДАРИН	150	1,2	0,3	11,2	57
Итого				2,2	0,5	31	143
Ужин							
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,5	26,7	35,6	464
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	60	0,6	1,5	7	44
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	3,9	7,4	83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				29,3	32,4	74,3	706
Ужин 2							
2008	435	КЕФИР	150	4,5	0,2	6	47
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
Итого				6,8	1,8	22,1	135
Всего				92,8	93,2	315,5	2509

экономист _____ Брицына О.А.

Уже тее тее *Божидорова* *Л*