


Согласовано

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

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во-ды, г	
Завтрак							
			200	11,2	8,3	50,6	322
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	15,3	19,9	6,6	284
2011	282	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	1	1,6	7,8	51
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	200	5,9	5,1	9,8	111
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	50	3,7	0,3	24,3	115
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		37,1	35,2	99,1	883
Итого							
II Завтрак							
			185/15			6,6	27
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	30	2,3	1,6	16,1	88
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ		2,3	1,6	22,7	115
Итого							
Обед							
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ЯЧНЕВОЙ	250	2,7	2,8	19,6	116
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	250	22,4	22,6	20,5	380
2011	315	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	2,3	4,4	13,5	103
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	0,7	33,9	163
				32,7	30,5	94,3	789
Итого							
Полдник							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		АПЕЛЬСИН	177	1,6	0,4	14,3	76
				2,6	0,6	34,1	162
Итого							
Ужин							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,3	5,4	7,4	85
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	100	10,4	11,8	8,8	183
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	200	0,5	0,3	6,8	32
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	50	3,7	0,3	24,3	115
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		21	22,4	47,6	478
Итого							
Ужин 2							
2008	435	КЕФИР	155	4,5	0,2	6	47
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
				6,8	3,1	28,3	172
Итого							
Всего				102,5	93,4	326,1	2599

медицинская сестра диетическая



Быкадорова Е.Д.