

Согласовано

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

МЕНЮ

7 марта 2023 г.



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г	
Завтрак							
2012	211	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ	100	6,8	6,4	15,3	147
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10	21,1	1,9	238
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,9	4,4	3,8	59
2011	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,2	3,3	23,7	138
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				24,6	35,5	69	697
II Завтрак							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			6,6	27
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,5	5	8,2	97
Итого				4,5	5	14,8	124
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	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	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		ЯБЛОКИ	150	1,2	0,3	11,2	57
Итого				2,2	0,5	31	143
Ужин							
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,5	26,9	35,7	466
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	60	0,6	1,6	7,1	46
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	32,7	74,5	710
Ужин 2							
2008	435	КЕФИР	155	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				92,5	93	315,1	2505

медицинская сестра диетическая

Быкадорова Е.Д.