

Согласовано

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

МЕНЮ

9 марта 2023 г.



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г	
Завтрак							
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,2	5,9	25,4	177
2012	241	ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ	100	12	8,5	24,7	229
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	11,1	63
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				22,8	16	85,5	584
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	62	БОРЩ	250	2,6	5,9	15,1	125
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,2	4,9	33,2	197
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	90	18,3	23	8,6	315
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	1,5	4,1	34
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	0,7	33,9	163
Итого				32,4	36	101,7	861
Полдник							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		БАНАН	159	2,4	0,8	33,3	152
Итого				3,4	1	53,1	238
Ужин							
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	140	2,8	16,4	19,6	238
2011	228	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	90	13,4	6,8	2,9	125
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,9	4,4	3,8	59
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	13,9	58
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				25,8	32,5	64,8	656
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				95,7	92,3	342	2598

медицинская сестра диетическая _____

Быкадорова Е.Д.