

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ "ГЕРКУЛЕС"	200	4,3	4,4	14,2	114
2011	297	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	55	7,3	11	3,8	143
2011	47	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1		5	26
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	11,7	85
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				19,6	18,4	59	483
II Завтрак							
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,6	4	7,6	85
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
Итого				6,9	5,6	23,7	173
Обед							
2011	62	БОРЩ С МЯСОМ	250	9,9	11,2	15	203
2012	250	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	200	16,1	11	23,1	256
2008		ТОМАТ СОЛЕННЫЙ	60	0,7		1,4	8
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	0,7	33,9	163
Итого				32	22,9	80,2	657
Полдник							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		АПЕЛЬСИН	185	1,7	0,4	15	80
Итого				2,7	0,6	34,8	166
Ужин							
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	100	5,4	6,5	24,7	178
2011	245	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	15,4	14,5	4	213
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			6,8	27
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				24,5	21,3	59,8	533
Ужин 2							
2008	435	КЕФИР	150	4,5	0,2	6	47
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	25	1,9	1,3	13,4	74
Итого				6,4	1,5	19,4	121
Всего				92,1	70,3	276,9	2133

медицинская сестра диетическая



Быкадорова Е.Д.