

Согласовано

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

## МЕНЮ

21 марта 2023 г.



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2012	211	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ	100	6,8	6,4	15,3	147
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	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
<b>Итого</b>				<b>24,6</b>	<b>35,5</b>	<b>69</b>	<b>697</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			6,6	27
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,5	5	8,2	97
<b>Итого</b>				<b>4,5</b>	<b>5</b>	<b>14,8</b>	<b>124</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>25,1</b>	<b>17,5</b>	<b>103,7</b>	<b>696</b>
<b>Полдник</b>							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		ЯБЛОКИ	150	1,2	0,3	11,2	57
<b>Итого</b>				<b>2,2</b>	<b>0,5</b>	<b>31</b>	<b>143</b>
<b>Ужин</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>29,3</b>	<b>32,7</b>	<b>74,5</b>	<b>710</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008	435	КЕФИР	155	4,5	0,2	6	47
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
<b>Итого</b>				<b>6,8</b>	<b>1,8</b>	<b>22,1</b>	<b>135</b>
<b>Всего</b>				<b>92,5</b>	<b>93</b>	<b>315,1</b>	<b>2505</b>

медицинская сестра диетическая \_\_\_\_\_

Быкадорова Е.Д.