

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 апреля 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 | | | | | | | |
| 2008 | 113 | СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ "ГЕРКУЛЕС" | 200 | 4,3 | 4,4 | 14,2 | 114 |
| 2011 | 297 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР | 55 | 7,3 | 11 | 3,8 | 143 |
| 2011 | 47 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 77 | 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 СВЕЖИЕ | 77 | 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 | 141 | 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.