

Согласовано

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

МЕНЮ

10 мая 2023



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11,2	8,3	50,6	322
2011	282	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	15,3	19,9	6,6	284
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	1,6	7,8	51
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	5,1	9,8	111
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				37,1	35,2	99,1	883
II Завтрак							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			6,6	27
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
Итого				2,3	1,6	22,7	115
Обед							
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	2,7	2,8	19,6	116
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	250	22,4	22,6	20,5	380
2011	315	САЛАТ СВ.ОГУРЦЫ ПОМИДОРЫ	150	2,3	4,4	13,5	103
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	0,7	33,9	163
Итого				32,7	30,5	94,3	789
Полдник							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		АПЕЛЬСИН	177	1,6	0,4	14,3	76
Итого				2,6	0,6	34,1	162
Ужин							
2011	67	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	1,3	5,4	7,4	85
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	100	10,4	11,8	8,8	183
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,5	0,3	6,8	32
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				21	22,4	47,6	478
Ужин 2							
2008	435	КЕФИР	155	4,5	0,2	6	47
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				6,8	3,1	28,3	172
Всего				102,5	93,4	326,1	2599

медицинская сестра диетическая

Быкадорова Е.Д.