

Утверждаю

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

## МЕНЮ

12 мая 2023 г.



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во-ды, г	
<b>Завтрак</b>							
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 БЕЛОК КАПУСТЫ	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
<b>Итого</b>				<b>19,6</b>	<b>18,4</b>	<b>59</b>	<b>483</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,6	4	7,6	85
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
<b>Итого</b>				<b>6,9</b>	<b>5,6</b>	<b>23,7</b>	<b>173</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>32</b>	<b>22,9</b>	<b>80,2</b>	<b>657</b>
<b>Полдник</b>							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		АПЕЛЬСИН	141	1,7	0,4	15	80
<b>Итого</b>				<b>2,7</b>	<b>0,6</b>	<b>34,8</b>	<b>166</b>
<b>Ужин</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>24,5</b>	<b>21,3</b>	<b>59,8</b>	<b>533</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008	435	КЕФИР	150	4,5	0,2	6	47
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	25	1,9	1,3	13,4	74
<b>Итого</b>				<b>6,4</b>	<b>1,5</b>	<b>19,4</b>	<b>121</b>
<b>Всего</b>				<b>92,1</b>	<b>70,3</b>	<b>276,9</b>	<b>2133</b>

медицинская сестра диетическая  Быкадорова Е.Д.