

Согласовано

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

МЕНЮ

6 сентября 2023



| Сбор-ник рецеп-тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|-------------------------------|--------|-------------------|-------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-во ды, 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 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 100 | 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 | СВ ОГУРЦЫ | 100 | 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 | | ВАФЛИ | 55 | 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.