

Согласовано

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

## МЕНЮ

5 ОКТЯБРЯ 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	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,2	5,9	25,4	177
2012	241	ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ	100	12	8,5	24,7	229
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,9	1,3	11,1	63
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
<b>Итого</b>				<b>22,8</b>	<b>16</b>	<b>85,5</b>	<b>584</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/15/7			6,6	27
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35				
<b>Итого</b>				<b>4,5</b>	<b>5</b>	<b>14,8</b>	<b>124</b>
<b>Обед</b>							
2011	62	БОРЩ	250	2,6	5,9	15,1	125
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,2	4,9	33,2	197
2008	271	ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	90	18,3	23	8,6	315
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1	1,5	4,1	34
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	0,7	33,9	163
<b>Итого</b>				<b>32,4</b>	<b>36</b>	<b>101,7</b>	<b>861</b>
<b>Полдник</b>							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		БАНАН	181	2,4	0,8	33,3	152
<b>Итого</b>				<b>3,4</b>	<b>1</b>	<b>53,1</b>	<b>238</b>
<b>Ужин</b>							
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	140	2,8	16,4	19,6	238
2011	228	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	90	13,4	6,8	2,9	125
2011	209	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	61
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕР	60	0,9	4,4	3,8	59
2008	405	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	13,9	58
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
<b>Итого</b>				<b>25,8</b>	<b>32,5</b>	<b>64,8</b>	<b>656</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>95,7</b>	<b>92,3</b>	<b>342</b>	<b>2598</b>

медицинская сестра диетическая

Быкадорова Е.Д.