

Согласовано

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

МЕНЮ

11 ОКТЯБРЯ 2023 г.



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
			200	6,2	10,9	39,8	282
2011	171.3	КАША РАССЫПЧАТАЯ ЯЧНЕВАЯ	110	15	10,4	3,9	192
2011	255	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	1,1	2,6	11,5	75
2008	41	САЛАТ ВИТАМИН					
2011	380	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	200	3,2	3,3	23,5	137
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	5,5	0,5	36,5	172
				31	27,7	115,2	858
Итого							
II Завтрак							
			35	7,4	8,8	8,1	143
2008	3	БУТЕРБРОТ С СЫРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ, С ЛИМОНОМ		7,6	8,9	23,1	203
Итого							
Обед							
			250	9	3,2	16,5	131
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	21,4	21	18,5	349
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	70	0,8		1,7	10
2008		ТОМАТ СВЕЖИЙ	200			9,7	39
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	120	7,9	1,1	50,9	245
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		39,1	25,3	97,3	774
Итого							
Полдник							
			200	1	0,2	19,8	86
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	1,2	0,3	11,2	57
2008		ЯБЛОКО		2,2	0,5	31	143
Итого							
Ужин							
			200	15,8	18,3	15,7	290
2012	267	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ	105	1,8	3,6	8,6	74
2011	53	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛ ГОР	200	0,5	0,2	13,4	59
2011	375	КОМПОТ ИЗ СВ ЯГОД	75	5,5	0,5	36,5	172
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		23,6	22,6	74,2	595
Итого							
Ужин 2							
			155	4,5	3,9	6,2	82
2008	435	РЯЖЕНКА	30	2,3	1,6	16,1	88
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ		6,8	5,5	22,3	170
Итого							
Всего							
				110,3	90,5	363,1	2743

медицинская сестра диетическая

Быкадорова Е.Д.