

Согласовано

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

МЕНЮ

19 ОКТЯБРЯ 2023 г.

Сбор-н ик рецеп-т ур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во ды, г	
Завтрак							
2008	189	КАША ПШЕННАЯ 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
				22,8	16	85,5	584
Итого							
II Завтрак							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/15/7			6,6	27
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35				
				4,5	5	14,8	124
Итого							
Обед							
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	ПОМИДОР СВ	70	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
				32,4	36	101,7	861
Итого							
Полдник							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		АПЕЛЬСИН	185	2,4	0,8	33,3	152
				3,4	1	53,1	238
Итого							
Ужин							
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 МЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	13,9	58
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
				25,8	32,5	64,8	656
Итого							
Ужин 2							
2008	435	КЕФИР	155	4,5	0,2	6	47
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
				6,8	1,8	22,1	135
Итого							
Всего				95,7	92,3	342	2598

медицинская сестра диетическая

Быкадорова Е.Д.