

Утверждаю

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

# МЕНЮ

20 ОКТЯБРЯ 2023 г.

проживающие 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти ческая 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	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	5,6	54
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>21,4</b>	<b>59,6</b>	<b>511</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	10,9	23,1	256
2008		ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОН	50	1,1	0,2	3,8	24
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>32,4</b>	<b>23</b>	<b>82,6</b>	<b>673</b>
<b>Полдник</b>							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		ЯБЛОКО	185	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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,8	0,1	2,5	14
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			6,8	27
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
<b>Итого</b>				<b>25,3</b>	<b>21,4</b>	<b>62,3</b>	<b>547</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>93,3</b>	<b>73,5</b>	<b>282,4</b>	<b>2191</b>

медицинская сестра диетическая

Быкадорова Е.Д.