

Согласовано

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

# МЕНЮ

23 ОКТЯБРЯ 2023 г

| Сборник рецептур  | № техн. карты | Наименование блюда                       | Выход  | Химический состав |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------|---------------|------------------------------------------|--------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
|                   |               |                                          |        | Белки, г          | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Завтрак</b>    |               |                                          |        |                   |             |              |                               |
| 2011              | 182           | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА            | 150    | 5,2               | 8,2         | 27,1         | 203                           |
| 2011              | 222           | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)           | 150    | 17,5              | 14,7        | 28,5         | 321                           |
| 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                           |
| <b>Итого</b>      |               |                                          |        | <b>31,4</b>       | <b>26,7</b> | <b>115,6</b> | <b>833</b>                    |
| <b>II Завтрак</b> |               |                                          |        |                   |             |              |                               |
| 2008              | 430           | ЧАЙ С САХАРОМ, С ЛИМОНОМ                 | 185/15 |                   |             | 7,8          | 31                            |
| 2008              | 3             | БУТЕРБРОТ С СЫРОМ                        | 40     | 7,7               | 9           | 9,7          | 152                           |
| <b>Итого</b>      |               |                                          |        | <b>7,7</b>        | <b>9</b>    | <b>17,5</b>  | <b>183</b>                    |
| <b>Обед</b>       |               |                                          |        |                   |             |              |                               |
| 2011              | 112           | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ | 250    | 2,6               | 2,3         | 18,2         | 104                           |
| 2008              | 125           | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ             | 205    | 4                 | 7,5         | 26,2         | 189                           |
| 2008              | 60            | СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ                           | 110    | 11,9              | 11,2        | 3,6          | 164                           |
| 2011              | 45            |                                          | 60     | 1,3               | 2,1         | 7,6          | 55                            |
| 2011              | 349           | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 200    |                   |             | 9,7          | 39                            |
| 2008              |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 120    | 7,9               | 1,1         | 50,9         | 245                           |
| <b>Итого</b>      |               |                                          |        | <b>27,7</b>       | <b>24,2</b> | <b>116,2</b> | <b>796</b>                    |
| <b>Полдник</b>    |               |                                          |        |                   |             |              |                               |
| 2011              | 389           | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ        | 200    | 1                 | 0,2         | 19,6         | 83                            |
| 2008              |               | ЯБЛОКО                                   | 185    | 0,7               | 0,7         | 18,1         | 87                            |
| <b>Итого</b>      |               |                                          |        | <b>1,7</b>        | <b>0,9</b>  | <b>37,7</b>  | <b>170</b>                    |
| <b>Ужин</b>       |               |                                          |        |                   |             |              |                               |
| 2008              | 299           | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ           | 200    | 17,3              | 23,4        | 32,6         | 410                           |
| 2008              | 213           | ЯЙЦО ПОМИД СВ                            | 40/81  | 5,1               | 4,6         | 0,3          | 63                            |
| 2011              | 352           | КОМПОТ ИЗ СВ ЯГОД                        | 200    | 0,1               | 0,1         | 13,8         | 57                            |
| 2011              | 125           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 75     | 5,5               | 0,5         | 36,5         | 172                           |
| <b>Итого</b>      |               |                                          |        | <b>28</b>         | <b>28,6</b> | <b>83,2</b>  | <b>702</b>                    |
| <b>Ужин 2</b>     |               |                                          |        |                   |             |              |                               |
| 2008              | 435           | РЯЖЕНКА                                  | 200    | 6                 | 0,2         | 8            | 62                            |
| 2008              |               | ПЕЧЕНЬЕ                                  | 30     | 3,4               | 4,4         | 33,5         | 188                           |
| <b>Итого</b>      |               |                                          |        | <b>9,4</b>        | <b>4,6</b>  | <b>41,5</b>  | <b>250</b>                    |
| <b>Всего</b>      |               |                                          |        | <b>105,9</b>      | <b>94</b>   | <b>411,7</b> | <b>2934</b>                   |

медицинская сестра диетическая

Быкадорова Е.Д.