

Согласовано

ГКОУ РО "Каменская специальная школа-интернат"  
 Мазникова И.К./

## МЕНЮ

29 НОЯБРЯ 2023



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>							
			200	11,2	8,3	50,6	322
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	90	15,3	19,9	6,6	284
2011	282	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	1	1,6	7,8	51
2011	45	САЛАТ ИЗ СВ КАПУСТЫ	200	5,9	5,1	9,8	111
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	50	3,7	0,3	24,3	115
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		37,1	35,2	99,1	883
<b>Итого</b>							
<b>II Завтрак</b>							
			185/15			6,6	27
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	30	2,3	1,6	16,1	88
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ		2,3	1,6	22,7	115
<b>Итого</b>							
<b>Обед</b>							
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КР ЯЧНЕВОЙ	250	2,7	2,8	19,6	116
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	250	22,4	22,6	20,5	380
2011	315	ОВОЩИ ОТВ С МАСЛОМ	150	2,3	4,4	13,5	103
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	0,7	33,9	163
2008				32,7	30,5	94,3	789
<b>Итого</b>							
<b>Полдник</b>							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		АПЕЛЬСИН	185	1,6	0,4	14,3	76
2008				2,6	0,6	34,1	162
<b>Итого</b>							
<b>Ужин</b>							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,3	5,4	7,4	85
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	100	10,4	11,8	8,8	183
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63
2008		КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,5	0,3	6,8	32
2011	382	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
2011				21	22,4	47,6	478
<b>Итого</b>							
<b>Ужин 2</b>							
2008	435	КЕФИР	170	4,5	0,2	6	47
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
2008				6,8	3,1	28,3	172
<b>Итого</b>							
<b>Всего</b>							
				102,5	93,4	326,1	2599

медицинская сестра диетическая

Быкадорова Е.Д.