

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 января 2024 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	184	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	155	5,5	6,2	28,6	193
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	28,7	21,2	17,9	382
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	2,7	11,7	85
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				41,2	30,4	82,5	775
II Завтрак							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15			6,8	27
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
Итого				2,3	1,6	22,9	115
Обед							
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	9,7	9,3	17,8	195
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,4	4,4	19	128
2011	228	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	75	10,3	6	2,4	105
2008		ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	60	0,5	0,1	1	8
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			6,8	27
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	0,7	33,9	163
Итого				29,2	20,5	80,9	626
Полдник							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		АПЕЛЬСИН	185	1,7	0,4	15	80
Итого				2,7	0,6	34,8	166
Ужин							
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	5,9	5,2	37,8	222
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	75	9	8,1	6,7	134
2011	141	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ	100	1,2	7,3	9,9	111
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	5,1	9,8	111
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				25,7	26	88,5	693
Ужин 2							
2008	435	РЯЖЕНКА	150	4,5	1,5	6,3	60
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
Итого				6,8	3,1	22,4	148
Всего				107,9	82,2	332	2523