

Согласовано

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

## МЕНЮ

### 31 ЯНВАРЯ 2024

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>							
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11,2	8,3	50,6	322
2011	282	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	15,3	19,9	6,6	284
2011	45	САЛАТ ИЗ СВ КАПУСТЫ	100	1	1,6	7,8	51
2011	385	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	250	5,9	5,1	9,8	111
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
<b>Итого</b>				<b>37,1</b>	<b>35,2</b>	<b>99,1</b>	<b>883</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	185/15			6,6	27
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
<b>Итого</b>				<b>2,3</b>	<b>1,6</b>	<b>22,7</b>	<b>115</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
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	0,7	33,9	163
<b>Итого</b>				<b>32,7</b>	<b>30,5</b>	<b>94,3</b>	<b>789</b>
<b>Полдник</b>							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		АПЕЛЬСИН	200	1,6	0,4	14,3	76
<b>Итого</b>				<b>2,6</b>	<b>0,6</b>	<b>34,1</b>	<b>162</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	ЯЙЦО ОТВ	40	5,1	4,6	0,3	63
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,5	0,3	6,8	32
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
<b>Итого</b>				<b>21</b>	<b>22,4</b>	<b>47,6</b>	<b>478</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008	435	КЕФИР	200	4,5	0,2	6	47
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
<b>Итого</b>				<b>6,8</b>	<b>3,1</b>	<b>28,3</b>	<b>172</b>
<b>Всего</b>				<b>102,5</b>	<b>93,4</b>	<b>326,1</b>	<b>2599</b>

медицинская сестра диетическая



Быкадорова Е.Д.