

Согласовано

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

МЕНЮ

5 ФЕВРАЛЯ 2024 г

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------|---------------|--|--------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 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 |
| Итого | | | | 31,4 | 26,7 | 115,6 | 833 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ | 185/15 | | | 7,8 | 31 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОТ С СЫРОМ | 40 | 7,7 | 9 | 9,7 | 152 |
| Итого | | | | 7,7 | 9 | 17,5 | 183 |
| Обед | | | | | | | |
| 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 | САЛАТ ИЗ БЕЛОК КАПУСТЫ | 100 | 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 |
| Итого | | | | 27,7 | 24,2 | 116,2 | 796 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2011 | 389 | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ | 200 | 1 | 0,2 | 19,6 | 83 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 185 | 0,7 | 0,7 | 18,1 | 87 |
| Итого | | | | 1,7 | 0,9 | 37,7 | 170 |
| Ужин | | | | | | | |
| 2008 | 299 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 200 | 17,3 | 23,4 | 32,6 | 410 |
| 2008 | 213 | ЯЙЦО ОТВАРНОЕ | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |
| 2011 | 352 | КОМПОТ ИЗ СВ ЯГОД | 200 | 0,1 | 0,1 | 13,8 | 57 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 75 | 5,5 | 0,5 | 36,5 | 172 |
| Итого | | | | 28 | 28,6 | 83,2 | 702 |
| Ужин 2 | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 200 | 6 | 0,2 | 8 | 62 |
| 2008 | | ЗЕФИР | 50 | 3,4 | 4,4 | 33,5 | 188 |
| Итого | | | | 9,4 | 4,6 | 41,5 | 250 |
| Всего | | | | 105,9 | 94 | 411,7 | 2934 |

медицинская сестра диетическая



Быкадорова Е.Д.