

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 марта 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, 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	3,4	2,8	11,7	86
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	5,5	0,5	36,5	172
Итого				43,1	30,7	94,7	833
II Завтрак							
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60
Итого				2,5	1,7	31,1	148
Обед							
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	10,8	10,2	17,8	207
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,4	4,4	18,9	128
2011	228	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	150	20,7	12,3	4,7	211
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	70	0,6	0,1	1,2	9
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	120	7,9	1,1	50,9	245
Итого				43,4	28,1	103,2	839
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	210	7,6	6,9	48,9	288
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	170	20,1	18,1	15,2	304
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	75	5,5	0,5	36,5	172
Итого				40,3	37,9	120,3	986
Ужин 2							
2008	435	КЕФИР	200	6	0,2	8	62
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
Итого				8,3	1,8	24,1	150
Всего				140,3	100,8	408,2	3122

экономист _____ Брицына О.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 марта 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ 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	3,4	2,8	11,7	86
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	5,5	0,5	36,5	172
Итого				43,1	30,7	94,7	833
II Завтрак							
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60
Итого				2,5	1,7	31,1	148
Обед							
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	10,8	10,2	17,8	207
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,4	4,4	18,9	128
2011	228	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	150	20,7	12,3	4,7	211
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	70	0,6	0,1	1,2	9
2011	349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	120	7,9	1,1	50,9	245
Итого				43,4	28,1	103,2	839
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	210	7,6	6,9	48,9	288
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	170	20,1	18,1	15,2	304
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	75	5,5	0,5	36,5	172
Итого				40,3	37,9	120,3	986
Ужин 2							
2008	435	КЕФИР	200	6	0,2	8	62
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
Итого				8,3	1,8	24,1	150
Всего				140,3	100,8	408,2	3122