Согласовано

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

МЕНЮ
19 МАРТА 2024 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	155	29	21,4	17,9	386
2008	204	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	155	5,1	6,5	40,1	239
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,4	2,8	11,8	87
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	5,5	0,5	36,5	172
Итого				**43**	**31,2**	**106,3**	**884**
II Завтрак							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	20 0	9,7		27,3	148
2008		БУЛКА ЯРОСЛАВСКАЯ СДОБНАЯ	30	2,3	1,6	16,1	88
Итого				**12**	**1,6**	**43,4**	**236**
Обед							
2011	104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	10,9	10,4	17,8	209
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,4	4,4	18,9	128
2011	228	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	150	20,7	12,2	4,7	211
2008		ОГУРЦЫ СОЛ	60	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				**43,5**	**28,2**	**103,2**	**841**
Полдник							
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86
2008		АПЕЛЬСИН	185	1,6	0,4	14,3	76
Итого				**2,6**	**0,6**	**34,1**	**162**
Ужин							
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	210	7,6	7	48,9	289
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	170	20,1	18,1	15,2	304
2011	141	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ	100	1,2	7,1	10,3	112
2011	385	МОЛОКО КИП	200	5,9	5,1	9,8	111
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	5,5	0,5	36,5	172
Итого				**40,3**	**37,8**	**120,7**	**988**
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				**149,7**	**101,2**	**431,8**	**3261**

медицинская сестра диетическая _____ Быкадорова Е.Д.