

Согласовано


директор
 ГОУ ЯО" Рыбинская школа-интернат № 1"
 _____ /Рубкевич Е.А./


МЕНЮ

13 мая 2024 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
II Завтрак							
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6	3,2	31,8	180
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,9	7,5		92
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	17	94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				16,8	13,3	64,2	445
Обед							
2008	95 стр37	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	4,4	6,1	10,3	128
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	120	13,9	13,6	4,4	209
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,4	39	251
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,1	94
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
Итого				32,7	28,1	120,6	889
Полдник							
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63
Итого				1,3	1,5	23	110
Ужин 1							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,8	8,6	9,3	118
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	14,1	12,9	7,8	207
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,6	5	24,2	163
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,8	133
Итого				28,8	29	115,6	829
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				5,4	5	21,6	158
Всего				85	76,9	345	2431


 _____ Осокина С.С.


 _____ Буличева С.Е.

Согласовано

директор
 ГОУ ЯО" Рыбинская школа-интернат № 1"
 _____ /Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

13 мая 2024 г.

7-11 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
II Завтрак							
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,4	2,9	28,6	162
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	17	94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				13,8	10	61	390
Обед							
2008	95 стр37	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,4	4,9	8,5	103
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	110	12,7	11,7	4,2	186
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,2	32,4	208
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,3	95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
Итого				29,1	23,8	112,2	799
Полдник							
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63
Итого				1,3	1,5	23	110
Ужин 1							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,2	4,2	5,6	64
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	13,3	12,9	7,1	201
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,9	4,2	19,3	130
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
Итого				22,5	22,7	76,8	597
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				5,4	5	21,6	158
Всего				72,1	63	294,6	2054

Осокина С.С.

Буличева С.Е.