

Согласовано

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

**МЕНЮ**  
 16 мая 2024 г.  
 12-18 лет

бор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	36	22,1	33,4	516
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,3	17	103
ого				<b>44</b>	<b>34,4</b>	<b>81,3</b>	<b>851</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,9	7,5		92
2008	442	СОК	200				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ФРУКТ	120	0,5	0,5	11,8	56
ого				<b>8,7</b>	<b>8,9</b>	<b>27,2</b>	<b>227</b>
<b>Обед</b>							
2006	114,135	СУП КУРИННЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,6	5,9	12,8	140
2022	332	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	100/30	12,8	10,7	17,6	227
2006	66	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,4	4,7	39,3	228
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
ого				<b>29,9</b>	<b>22,9</b>	<b>125,8</b>	<b>844</b>
<b>Полдник</b>							
2022	98	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	80	6	8,7	43,5	285
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,2	21,1	118
ого				<b>9,3</b>	<b>10,9</b>	<b>64,6</b>	<b>403</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	110	1,6	10,1	8,4	132
2020	50	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	100	13,3	10,7	10	207
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,1	4,6	16,7	135
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
ого				<b>28,3</b>	<b>27,9</b>	<b>109,4</b>	<b>815</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
ого				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>158</b>
его				<b>125,6</b>	<b>110</b>	<b>429,9</b>	<b>3298</b>

*Ольга Овочкина с.с.*

*Ю. Бунтеева с.с.*



Согласовано

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

## МЕНЮ

16 мая 2024 г.

7-11 лет

бор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2006	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	29,3	15,1	25,8	381
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,3	17	103
Итого				<b>35,1</b>	<b>26,6</b>	<b>58,3</b>	<b>638</b>
<b>II Завтрак</b>							
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,7	6		74
2008	442	СОК	200				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ФРУКТ	120	0,5	0,5	11,7	56
Итого				<b>7,5</b>	<b>7,4</b>	<b>27,1</b>	<b>209</b>
<b>Обед</b>							
2006	114,135	СУП КУРИНЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,1	4,5	10,4	110
2022	201	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	70/30	9,3	14,3	13,5	225
2006	66	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	3,9	32,8	190
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
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
Итого				<b>23,8</b>	<b>24,3</b>	<b>113</b>	<b>775</b>
<b>Полдник</b>							
2022	98	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	80	6,3	9	43,4	290
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,3	21,1	119
Итого				<b>9,7</b>	<b>11,3</b>	<b>64,5</b>	<b>409</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	80	1,2	7,4	6	96
2020	50	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	90	11,9	9,8	9	186
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	170	3,8	3,7	15,7	119
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				<b>22</b>	<b>22,3</b>	<b>75,5</b>	<b>603</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>158</b>
Итого				<b>103,5</b>	<b>96,9</b>	<b>360</b>	<b>2792</b>

*Лен Овочкина СС*

*В. Бутылова С.Э.*