

Согласовано

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

МЕНЮ

31 марта 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	170	24,6	13,7	37,7	394
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,3	20,9	118
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20,1	103
Итого				30,8	17,1	78,7	615
II Завтрак							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	20/39	7,3	6,7	20,1	172
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,4	45
Итого				7,5	6,7	31,5	217
Обед							
2006	29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	60	0,8	6	4	73
2006	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,6	6,5	15,1	141
2020	50	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	140/100	18,8	14,2	17,2	295
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		21,2	86
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20,1	103
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,6	21,1	91
Итого				30,6	28,4	98,7	789
Полдник							
2008	449	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	100	6,2	7,1	50,6	296
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,6	46
2008		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
Итого				6,8	7,5	73	394
Ужин 1							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	40	0,8	3,7	3	47
2020	59	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	12	11,1	5,5	186
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	170	3,2	4,8	25,1	161
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		10,8	43
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20,1	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,6	21,1	91
Итого				22,3	21,3	85,6	631
Ужин 2							
2008		СНЕЖОК	195	5,3	4,9	21,3	156
Итого				5,3	4,9	21,3	156
Всего				103,3	85,9	388,8	2802

Осокина С.С.

Осокина С.С.

Рубкевич Е.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
 31 марта 2022 г.

2-х разовое питание



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
II Завтрак						
КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	13,60	7,4	8	33,7	231
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	26/40	12,91	9,8	9	26,9	229
ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	1,04	0,1		13,6	54
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	42	2,51	3,1	1,2	21,5	110
Итого		30,06	20,4	18,2	95,7	624
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	100	9,39	1,2	10,1	6,2	120
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ СО СМЕТАНОЙ С КУРИЦЕЙ	250	17,42	6,8	8,6	19,1	180
"ЕЖИКИ"	185/100	77,01	27,2	24,7	24,1	412
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	7,10	0,4	0,1	26,1	106
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	42	2,51	3,1	1,2	21,5	110
ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	2,32	3,1	0,4	20	96
СОК	200	7,32	0,8		23,2	100
Итого		123,06	42,6	45,1	140,2	1124
Всего		153,12	63	63,3	235,9	1748

Медицинская сестра Осокина С.С.

Зав. производством (шеф-повар) Буличева С.Е.