

Согласовано

директор

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 1"
Рубкевич Е.А./**МЕНЮ**
15 сентября 2021

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	15	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)	33	4,3	7,2		82
2006	4 Стр149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	8,1	6,8	33,3	233
2006	762	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,2	1,8	24,4	127
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	74	5,5	2,1	37,9	193
Итого				21,1	17,9	95,6	635
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	442	СОК	194				
Итого				3	3,9	29,8	167
Обед							
2008	32	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	38	1,2	0,1	2,5	15
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	5	6,2	11,9	136
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	80	11,4	17,1	9,4	250
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,5	5	23,8	159
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		17,2	70
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	1,1	18,9	97
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,5	19,5	84
Итого				27,1	30	103,2	811
Полдник							
2017	201	МАННИК	100/5	6,7	5,1	31,8	203
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2		12,7	51
Итого				6,9	5,1	44,5	254
Ужин 1							
2020	8	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	110	1,5	9,2	9,2	125
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	230	21,4	17	22,1	356
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180/13	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	1,1	18,9	97
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,5	19,5	84
Итого				28,8	27,8	82,4	713
Ужин 2							
2008		ЙОГУРТ	201	4	3	6	96
Итого				4	3	6	96
Всего				90,9	87,7	361,5	2676

Осокина С.С.

Согласовано



директор

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

МЕНЮ

15 сентября 2021 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	15	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)	33	4,3	7,2		82
2006	4 Стр149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	8,6	7,2	36,1	250
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,6	2	27,1	141
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	92	6,9	2,7	47,4	242
Итого				23,4	19,1	110,6	715
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	442	СОК	194				
Итого				3	3,9	29,8	167
Обед							
2008	32	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	48	1,5	0,1	3,2	20
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5,5	6,8	14,7	157
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	80	11,4	18,6	9,5	264
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	220	4,5	6,3	30,3	204
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		19,1	78
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,5	1,3	23,7	121
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	71	4,7	0,9	31,2	135
Итого				31,4	34	131,7	979
Полдник							
2017	201	МАННИК	100/5	6,8	5,2	31,6	203
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
Итого				7	5,2	45,7	259
Ужин 1							
2020	8	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	160	2,1	15,2	12,2	195
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	230	21,5	17,2	22,4	358
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	46	3,5	1,3	23,7	121
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	62	4,1	0,7	27,3	118
Итого				31,4	34,4	99,7	848
Ужин 2							
2008		ЙОГУРТ	200	4	3	6	96
Итого				4	3	6	96
Всего				100,2	99,6	423,5	3064

Осокина С.С

