

Согласовано

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

МЕНЮ

21 мая 2025 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	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	36	22	33,4	514
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,2	17	102
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
Итого				43,9	34,2	81,3	848
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104
2008	442	СОК	200				
		ФРУКТ	110	0,4	0,4	10,8	52
Итого				2,3	2,9	29,4	156
Обед							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	250	4,4	7,6	12	141
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	12,8	9	14,1	185
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,3	5,6	43,5	247
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	1,4	3,2	30
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
Итого				27	25,2	128,9	852
Полдник							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	10,2	13,4	2	192
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				12,7	14,3	29,2	318
Ужин 1							
2006	11	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,4	8,8	10,7	125
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	280	23,2	24	38,3	482
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,8	133
Итого				33,9	35,3	122,4	944
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	4,9	4,5	19,4	142
Итого				4,9	4,5	19,4	142
Всего				124,7	116,4	410,6	3260

Рубкевич Е.А.

Овочкина С.С.
Рубкевич Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

21 мая 2025 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	
Завтрак							
2008	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	297	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	29,2	15	25,8	380
2008	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	2,2	21	117
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				34,8	26,4	62,3	651
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63
2008	442	СОК	200				
		ФРУКТ	110	0,4	0,4	10,8	52
Итого				1,5	1,9	22	115
Обед							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ , КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	200	3,3	6,1	9,8	113
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	11,2	8	12,6	164
2006	465	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	4,9	36,8	210
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,5	1,4	3,2	31
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
Итого				23,7	22	118,7	768
Полдник							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	10,2	13,4	2	192
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				12,7	14,3	29,2	318
Ужин 1							
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	70	0,8	5,9	7	83
2024	102	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	240	19,6	20,7	32,8	411
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	50	3,3	0,6	22	95
Итого				26,2	28,1	89	715
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	4,9	4,5	19,4	142
Итого				4,9	4,5	19,4	142
Всего				103,8	97,2	340,6	2709

Осознаю
Рубкевич Е.А.