

Согласовано

директор

школы-интернат № 1"

/Рубкевич Е.А./

# МЕНЮ

19 сентября 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,4	3,3	30,3	177
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,3	21,1	118
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
<b>Итого</b>				<b>12,1</b>	<b>14,8</b>	<b>66,9</b>	<b>449</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	50	7	6,8	15,4	152
2008	442	СОК	200				
<b>Итого</b>				<b>7</b>	<b>6,8</b>	<b>15,4</b>	<b>152</b>
<b>Обед</b>							
2006	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4	5	15,1	133
2006	422	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/30	10,1	12,1	17,2	227
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	4,6	36,2	205
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		22,3	90
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ФРУКТ	140	2,1	0,7	29,4	134
<b>Итого</b>				<b>25</b>	<b>23,8</b>	<b>153,2</b>	<b>944</b>
<b>Полдник</b>							
2008	449	ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ	80	4,4	4,7	36,6	208
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,3	21,1	118
<b>Итого</b>				<b>7,7</b>	<b>7</b>	<b>57,7</b>	<b>326</b>
<b>Ужин 1</b>							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	1	4,2	3,5	54
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	3,5	7,2	17,7	162
2008	15	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)	90	11,9	19,8		225
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	130	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
<b>Итого</b>				<b>21,5</b>	<b>32,6</b>	<b>66</b>	<b>643</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>158</b>
<b>Всего</b>				<b>78,7</b>	<b>90</b>	<b>380,8</b>	<b>2672</b>

Осокина О.С.

Кузнецов И.А.



Согласовано

директор

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 1"  
/Рубкевич Е.А./**МЕНЮ**  
19 сентября 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,2	3,7	33,8	196
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,2	21,1	118
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
<b>Итого</b>				<b>15,1</b>	<b>15,9</b>	<b>85,8</b>	<b>546</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	55	8,1	8,3	15,4	170
2008	442	СОК	200				
<b>Итого</b>				<b>8,1</b>	<b>8,3</b>	<b>15,4</b>	<b>170</b>
<b>Обед</b>							
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,2	6,3	19,2	168
2006	422	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/40	10,7	12,7	20,6	246
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,3	5,6	43,5	247
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		22,3	90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ФРУКТ	140	2,1	0,7	29,4	134
<b>Итого</b>				<b>27,5</b>	<b>26,7</b>	<b>168</b>	<b>1040</b>
<b>Полдник</b>							
2008	449	ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ	80	4,5	4,5	36,9	208
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,2	21,1	118
<b>Итого</b>				<b>7,8</b>	<b>6,7</b>	<b>58</b>	<b>326</b>
<b>Ужин 1</b>							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	1	4,2	3,5	54
2008	15	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)	100	13,2	22		250
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,7	8,1	19,6	181
2006	627	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
<b>Итого</b>				<b>27,2</b>	<b>36,8</b>	<b>96,5</b>	<b>822</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>158</b>
<b>Всего</b>				<b>91,1</b>	<b>99,4</b>	<b>445,3</b>	<b>3062</b>

Осокина С.С.

Куряева И.А.