

Согласовано

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

## МЕНЮ

16 октября 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
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	180	5,5	2,8	22	136
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	1,7	20,1	109
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
<b>Итого</b>				<b>11</b>	<b>13,7</b>	<b>57,6</b>	<b>399</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63
2008	442	СОК	200				
		ФРУКТ	110	0,4	0,4	10,7	52
<b>Итого</b>				<b>1,5</b>	<b>1,9</b>	<b>21,9</b>	<b>115</b>
<b>Обед</b>							
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,5	5,1	2,1	58
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,7	4,9	12,3	119
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	90	12,5	9,9	9,8	178
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	4,1	19,3	130
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
<b>Итого</b>				<b>24,9</b>	<b>25,4</b>	<b>98,8</b>	<b>730</b>
<b>Полдник</b>							
2017	201	МАННИК	100	5,9	5,5	26,8	183
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
<b>Итого</b>				<b>6,1</b>	<b>5,5</b>	<b>39,5</b>	<b>234</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	80	1,2	7,2	6,1	95
2008	15	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)	90	11,9	19,8		225
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,2	32,4	208
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
<b>Итого</b>				<b>25,7</b>	<b>33,6</b>	<b>83,3</b>	<b>730</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>74,6</b>	<b>85,1</b>	<b>322,7</b>	<b>2366</b>

Вет. Оюкина СС

Рубкевич Е.А. Кузнецова И.И.

Согласовано

# МЕНЮ

16 октября 2024 г.

12-18 лет



директор

/Рубкевич Е.А./

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
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	200	6,1	3,2	24,6	152
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	1,7	20,1	109
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
<b>Итого</b>				<b>13,8</b>	<b>14,9</b>	<b>75,6</b>	<b>493</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104
2008	442	СОК	200				
		ФРУКТ	110	0,4	0,4	10,8	52
<b>Итого</b>				<b>2,3</b>	<b>2,9</b>	<b>29,4</b>	<b>156</b>
<b>Обед</b>							
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,5	5,1	2,1	58
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250	4,9	6,2	15	147
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	100	13,7	9	10,9	182
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,5	4,9	23,1	157
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
<b>Итого</b>				<b>27,8</b>	<b>26,6</b>	<b>106,4</b>	<b>789</b>
<b>Полдник</b>							
2017	201	МАННИК	100	5,6	9	26,7	220
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
<b>Итого</b>				<b>5,8</b>	<b>9</b>	<b>39,4</b>	<b>271</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	110	1,7	10,1	8,4	133
2008	15	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)	100	13,2	22		250
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,4	39	251
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
<b>Итого</b>				<b>33,1</b>	<b>41</b>	<b>120,8</b>	<b>971</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>88,2</b>	<b>99,4</b>	<b>393,2</b>	<b>2838</b>

Иван Овчинников

Людмила Кузнецова ИА