

Согласовано

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

# МЕНЮ

6 ноября 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>							
			10	0,1	8,3	0,1	75
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	180	5,5	2,8	22,2	137
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	180	3,1	1,7	20,1	109
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		11	13,7	57,8	400
<b>Итого</b>							
<b>II Завтрак</b>							
			15	1,1	1,5	11,2	63
2008		ПЕЧЕНЬЕ	200				
2008	442	СОК	110	0,4	0,4	10,8	52
		ФРУКТ		1,5	1,9	22	115
<b>Итого</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
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	13,3	12,9	7,1	201
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,2	32,4	208
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	1,4	3	29
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
				30,6	30,9	112,2	860
<b>Итого</b>							
<b>Полдник</b>							
2017	201	МАННИК	100	5,8	6,1	26,8	188
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
				6	6,1	39,5	239
<b>Итого</b>							
<b>Ужин 1</b>							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	80	1,2	7,2	6,1	95
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	90	12,6	21,1	10,4	295
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,7	8,1	19,5	181
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
				22,6	37,8	80,8	773
<b>Итого</b>							
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
				5,4	5	21,6	158
<b>Итого</b>							
<b>Всего</b>				77,1	95,4	333,9	2545

Вот Овощка СС

Руб. Кузнецова ТА

Согласовано

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

# МЕНЮ

6 ноября 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
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	148
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	14,1	12,8	7,8	206
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,2	38,9	249
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	1,4	3,2	30
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>34</b>	<b>33,1</b>	<b>122,3</b>	<b>936</b>
<b>Полдник</b>							
2017	201	МАННИК	100	5,7	6	26,7	187
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
<b>Итого</b>				<b>5,9</b>	<b>6</b>	<b>39,4</b>	<b>238</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	110	1,7	10,1	8,4	133
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	100	14	22,8	11,5	321
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,7	8,1	19,5	181
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>28,7</b>	<b>43,5</b>	<b>112,8</b>	<b>972</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>90,1</b>	<b>105,4</b>	<b>401,1</b>	<b>2953</b>

Ветеринар Овсина С.С.

Директор Кузнецова Т.А.