

Согласовано

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

МЕНЮ

7 ноября 2024 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
			10	0,1	8,3	0,1	75
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	180	30,8	18,9	28,5	440
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	3,2	2,2	21	117
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		36,4	30,3	65	711
Итого							
II Завтрак							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	50	7	6,8	15,4	152
2008	442	СОК	200				
				7	6,8	15,4	152
Итого							
Обед							
2006	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,1	5	15,7	136
2006	422	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/30	9,4	11,6	17,2	219
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	4,1	19,4	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
		ФРУКТ	140	2,1	0,7	29,4	134
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,5	5,1	2,1	58
				24,3	27,9	139,1	922
Итого							
Полдник							
2008	449	ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ	80	4,3	4,5	36,8	206
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	2,2	21	117
				7,5	6,7	57,8	323
Итого							
Ужин 1							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	80	1,2	7,2	6	95
2008	15	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)	90	11,9	19,8		225
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,2	32,4	208
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,5	1,4	3,2	31
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
				26,2	35	86,4	761
Итого							
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
				5,4	5	21,6	158
Итого							
Всего							
				106,8	111,7	385,3	3027

Ольга Оскина с.с.

Ольга Рубкевич с.с.

Согласовано

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

МЕНЮ

7 ноября 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
			10	0,1	8,3	0,1	75
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	210	36	22	33,4	514
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	180	3,3	2,3	21,1	118
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	60	4,5	1,7	30,8	157
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		43,9	34,3	85,4	864
Итого							
II Завтрак							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	55	8,1	8,3	15,4	170
2008	442	СОК	200				
				8,1	8,3	15,4	170
Итого							
Обед							
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	9,9	12,2	20,6	239
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,5	4,9	23,2	156
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
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	50	0,5	5,1	2,1	58
				26,4	30,6	149,8	1000
Итого							
Полдник							
2008	449	ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ	80	4,3	4,5	36,8	207
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,3	21,1	118
				7,6	6,8	57,9	325
Итого							
Ужин 1							
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	6,2	38,9	249
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	1,4	3,2	30
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2006		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,8	133
				33,5	42,2	123,9	999
Итого							
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
				5,4	5	21,6	158
Итого							
Всего							
				124,9	127,2	454	3516

Вит. Овочкина С.С.

Вит. Курячова Т.А.