

Согласовано

директор
 ГОУ ЯО "Рыбинский колледж-интернат № 1"
 Рубкевич Е. А.

МЕНЮ

20 декабря 2024 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,5	4,7	28,6	186
		ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	17	94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				12,5	15,6	61,1	434
II Завтрак							
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,7	3,5	0,3	57
2008	442	СОК	200				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				7	4,4	15,7	136
Обед							
2006	23	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	4,8	6,3	15,7	152
2017	100	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	100	14	21,8	15,7	320
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,1	4,6	16,8	135
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	22,9	93
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
2008	442	СОК	200				
Итого				28,3	34,6	114,9	907
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				2,1	2,5	30,4	151
Всего				49,9	57,1	222,1	1628

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

Согласовано

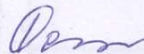
директор
 ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 1"
 /Рубкевич Е.А./


МЕНЮ

20 декабря 2024 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2006	1	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,6	4,1	25,6	166
1994	630., ТТ К	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	16,8	94
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				11,6	15	57,9	414
II Завтрак							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,7	3,5	0,3	57
2008	442	СОК	200				79
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				7	4,4	15,7	136
Обед							
2006	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,7	4,9	12,7	121
2022	100	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	90	12,2	19,4	13,7	285
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,6	4,2	14,9	120
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
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
Итого				25	30,5	108,4	828
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				1,3	1,5	23	110
Всего				44,9	51,4	205	1488

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.