

Согласовано

директор  
ГБОУ СО "Рубинская школа-интернат № 1"  
/Рубкевич Е.А./

# МЕНЮ

2 декабря 2024 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>II Завтрак</b>							
2006	4, Стр. 1 49	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,2	2,8	27,8	160
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55
1994	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	16,8	94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				14,6	9,9	60	388
<b>Обед</b>							
2006	120	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,4	4,3	7,1	93
2006	403	ПЛОВ С МЯСОМ	240	19,2	16,4	46,4	434
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
		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	57
Итого				28,3	22,6	120,6	829
<b>Полдник</b>							
		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				0,8	0,7	27,3	118
<b>Ужин 1</b>							
2008	1	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	70	1,1	3,1	6,1	55
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	11,2	8	12,6	164
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	4,1	19,3	130
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
Итого				20,4	16,6	82,8	551
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				5,4	5	21,6	158
Всего				69,5	54,8	312,3	2044

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

Согласовано

директор  
школы-интернат № 1"  
/Рубкевич Е.А./



**МЕНЮ**  
2 декабря 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>II Завтрак</b>							
			200	7	3,2	31,7	183
2006	4, Стр. 1 49	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	25	5,9	7,5		92
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	180	2,6	1,7	16,8	94
1994	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	30	2,3	0,9	15,4	79
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		17,8	13,3	63,9	448
<b>Итого</b>							
<b>Обед</b>							
			250	4,5	6,1	8,9	122
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	280	19,2	17,2	53,7	471
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	180	0,3		22,3	90
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	120	0,5	0,5	11,8	56
		ЯБЛОКО		29,4	25,2	129,7	894
<b>Итого</b>							
<b>Полдник</b>							
			20	0,6	0,7	15,5	71
2008		ВАФЛИ	180	0,2		11,8	47
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ		0,8	0,7	27,3	118
<b>Итого</b>							
<b>Ужин 1</b>							
			100	1,4	8,7	6,2	106
2008	39	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	12,8	9	14,1	184
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	180	3,6	5	24,2	161
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	0,2		12,7	51
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	60	4,5	1,7	30,8	151
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	4,6	0,8	30,8	131
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		27,1	25,2	118,8	791
<b>Итого</b>							
<b>Ужин 2</b>							
			200	5,4	5	21,6	111
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ		5,4	5	21,6	111
<b>Итого</b>							
<b>Всего</b>							
				80,5	69,4	361,3	2411

 Осокина С.С.  
 Буйичева С.Е.