

Согласовано

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

# МЕНЮ

6 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>Завтрак</b>							
			10	0,1	8,3	0,1	75
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)					
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
<b>Итого</b>				<b>12,5</b>	<b>15,6</b>	<b>61,1</b>	<b>434</b>
<b>II Завтрак</b>							
			40	4,7	3,5	0,3	57
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	200				
2008	442	СОК	30	2,3	0,9	15,4	79
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		7	4,4	15,7	136
<b>Итого</b>							
<b>Обед</b>							
			250	4,8	6,3	15,7	152
2006	23	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	100	14	21,8	15,7	320
2017	100	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	180	4,1	4,6	16,8	135
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	0,1	0,1	22,9	93
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	110	0,4	0,4	10,8	52
		ЯБЛОКО	200				
2008	442	СОК		28,3	34,6	114,9	907
<b>Итого</b>							
<b>Полдник</b>							
			25	1,9	2,5	18,6	104
2008		ПЕЧЕНЬЕ	180	0,2		11,8	47
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ		2,1	2,5	30,4	151
<b>Итого</b>				<b>49,9</b>	<b>57,1</b>	<b>222,1</b>	<b>1628</b>
<b>Всего</b>							

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

Согласовано



директор  
"Рубкевич Е.А./

# МЕНЮ

6 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>Завтрак</b>							
		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
<b>Итого</b>				<b>11,6</b>	<b>15</b>	<b>57,9</b>	<b>414</b>
<b>II Завтрак</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>7</b>	<b>4,4</b>	<b>15,7</b>	<b>136</b>
<b>Обед</b>							
2006	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,7	6,2	12,7	127
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
<b>Итого</b>				<b>25</b>	<b>31,8</b>	<b>108,4</b>	<b>834</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
<b>Итого</b>				<b>1,3</b>	<b>1,5</b>	<b>23</b>	<b>110</b>
<b>Всего</b>				<b>44,9</b>	<b>52,7</b>	<b>205</b>	<b>1494</b>

Осокина С.С

Буличева С.Е.