

Согласовано

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

МЕНЮ

16 января 2025 г.

7-11 лет



| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------|---------------|---|-------|-------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2006 | 1 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ | 180 | 6,4 | 3,3 | 30,3 | 177 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | 3,1 | 1,7 | 20,1 | 109 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 |
| Итого | | | | 11,9 | 14,2 | 65,9 | 440 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 11 | БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ | 50 | 7 | 6,8 | 15,4 | 152 |
| 2008 | 442 | СОК | 200 | | | | |
| Итого | | | | 7 | 6,8 | 15,4 | 152 |
| Обед | | | | | | | |
| 2006 | 22 | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 60 | 0,7 | 6,1 | 2,6 | 69 |
| 2006 | 139 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200 | 4 | 5 | 15,2 | 134 |
| 2006 | 422 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ | 60/30 | 9,4 | 11,5 | 17,4 | 219 |
| 2006 | 472 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3 | 4,1 | 19,3 | 130 |
| 2006 | 558 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,3 | | 22,4 | 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 |
| Итого | | | | 24,4 | 28,8 | 139,3 | 931 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2006 | 449 | ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ | 80 | 4,4 | 4,5 | 36,9 | 207 |
| 2006 | 642 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,3 | 2,3 | 21,1 | 118 |
| Итого | | | | 7,7 | 6,8 | 58 | 325 |
| Ужин 1 | | | | | | | |
| 2008 | 10 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ | 80 | 1,2 | 7,2 | 6,1 | 95 |
| 2017 | 455 ТТК | КОТЛЕТА "МОЗАИКА" | 90 | 12,8 | 21,2 | 10,3 | 296 |
| 2006 | 465 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 7,5 | 5,2 | 32,4 | 208 |
| 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 |
| Итого | | | | 26,6 | 35 | 93,6 | 801 |
| Ужин 2 | | | | | | | |
| 2008 | | НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ | 200 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 |
| Итого | | | | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 |
| Всего | | | | 83 | 96,6 | 393,8 | 2807 |

Ван Овокина Е.Е.
 А. Фурцева Е.Е.

Согласовано

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

МЕНЮ

16 января 2025 г.

12-18 лет

| Сбор- ник рецеп- тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, ккал |
|-------------------------------|---------------------|---|-------|-------------------|--------------|------------------|--|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2006 | 1 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ | 200 | 7,2 | 3,7 | 33,8 | 196 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 180 | 3,1 | 1,7 | 20,1 | 109 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 4,5 | 1,7 | 30,8 | 157 |
| Итого | | | | 14,9 | 15,4 | 84,8 | 537 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 11 | БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ | 55 | 8,1 | 8,3 | 15,4 | 170 |
| 2008 | 442 | СОК | 200 | | | | |
| Итого | | | | 8,1 | 8,3 | 15,4 | 170 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 22 | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ | 100 | 1,1 | 10,1 | 4,3 | 115 |
| 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 | 23,1 | 157 |
| 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 |
| Итого | | | | 27 | 35,6 | 151,9 | 1058 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 449 | ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ | 80 | 4,4 | 4,6 | 36,8 | 208 |
| 2006 | 642 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,3 | 2,2 | 21,1 | 118 |
| Итого | | | | 7,7 | 6,8 | 57,9 | 326 |
| Ужин 1 | | | | | | | |
| 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 |
| 2006 | 465 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 8,9 | 6,4 | 39 | 251 |
| 2006 | 627 | 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 |
| Итого | | | | 33,9 | 41,8 | 132,3 | 1042 |
| Ужин 2 | | | | | | | |
| 2008 | | НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ | 200 | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 |
| Итого | | | | 5,4 | 5 | 21,6 | 158 |
| Всего | | | | 97 | 112,9 | 463,9 | 3291 |

Вет. Сокина С.С.

С.С. Бушова С.С.