

Согласовано





## МЕНЮ

20 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	
<b>II Завтрак</b>							
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6	3,2	31,8	180
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,9	7,5		92
2008	430	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>16,8</b>	<b>13,3</b>	<b>64,2</b>	<b>445</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	7,6	5	17,7	152
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	120	13,9	13,5	4,4	208
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,4	39	251
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	120	0,5	0,5	11,8	56
<b>Итого</b>				<b>36,1</b>	<b>26,8</b>	<b>128,2</b>	<b>912</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
<b>Итого</b>				<b>0,8</b>	<b>0,7</b>	<b>27,3</b>	<b>118</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,8	8,6	9,3	118
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	100	13,6	10,7	10,9	196
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,6	5	24,2	162
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,8	133
<b>Итого</b>				<b>28,3</b>	<b>26,8</b>	<b>118,7</b>	<b>817</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>158</b>
<b>Всего</b>				<b>87,4</b>	<b>72,6</b>	<b>360</b>	<b>2450</b>

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

Согласовано

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


## МЕНЮ

20 января 2025 г.

7-11 лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>II Завтрак</b>							
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6	3,2	31,8	180
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55
2008	430	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>14,4</b>	<b>10,3</b>	<b>64,2</b>	<b>408</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	6,1	4,1	14,1	121
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	110	12,8	11,7	4,2	186
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,2	32,4	208
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	120	0,5	0,5	11,7	56
<b>Итого</b>				<b>32,1</b>	<b>22,9</b>	<b>117,8</b>	<b>816</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
<b>Итого</b>				<b>0,8</b>	<b>0,7</b>	<b>27,3</b>	<b>118</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,2	4,2	5,6	64
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	90	12,6	9,9	9,8	179
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	4,2	19,3	131
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
<b>Итого</b>				<b>21,9</b>	<b>19,7</b>	<b>79,5</b>	<b>576</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>158</b>
<b>Всего</b>				<b>74,6</b>	<b>58,6</b>	<b>310,4</b>	<b>2076</b>

 Осокина С.С

 Буличева С.Е.