

Согласовано

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

# МЕНЮ

20 февраля 2025 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	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
<b>Итого</b>				<b>14,9</b>	<b>15,4</b>	<b>84,8</b>	<b>537</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,9	7,5		92
2008	442	СОК	200				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ФРУКТ	110	0,4	0,4	10,8	52
<b>Итого</b>				<b>8,6</b>	<b>8,8</b>	<b>26,2</b>	<b>223</b>
<b>Обед</b>							
2008	22	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100	1,1	10,1	4,3	115
2008	30	СУП ДЕЛИКАТЕСНЫЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	6	8,9	12	161
2020	61	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,1	14	17,3	266
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,7	8,1	17,8	174
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		21,4	86
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
<b>Итого</b>				<b>31,1</b>	<b>42,5</b>	<b>105,8</b>	<b>957</b>
<b>Полдник</b>							
2008	104	ПИРОЖКИ С ЯЙЦОМ	80	6,8	7,8	25	207
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,2	21,1	118
<b>Итого</b>				<b>10,1</b>	<b>10</b>	<b>46,1</b>	<b>325</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	110	1,7	10,1	8,4	133
2020	59	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	17	16	7,9	266
2006	66	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,4	4,6	39,2	228
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>34,4</b>	<b>33,2</b>	<b>129,8</b>	<b>968</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	4,9	4,5	19,4	142
<b>Итого</b>				<b>4,9</b>	<b>4,5</b>	<b>19,4</b>	<b>142</b>
<b>Всего</b>				<b>104</b>	<b>114,4</b>	<b>412,1</b>	<b>3152</b>

Ветр Овочкина С С

Кукушова Т А

Согласовано

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

# МЕНЮ

20 февраля 2025 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
			10	0,1	8,3	0,1	75
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	200	7,2	3,7	33,8	196
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	3,1	1,7	20,1	109
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	60	4,5	1,7	30,8	157
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		14,9	15,4	84,8	537
<b>Итого</b>							
<b>II Завтрак</b>							
			25	5,9	7,5		92
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	200				
2008	442	СОК	30	2,3	0,9	15,4	79
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	110	0,4	0,4	10,8	52
		ФРУКТ		8,6	8,8	26,2	223
<b>Итого</b>							
<b>Обед</b>							
2008	22	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100	1,1	10,1	4,3	115
2008	30	СУП ДЕЛИКАТЕСНЫЙ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	6	8,9	12	161
2020	61	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,1	14	17,3	266
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,7	8,1	17,8	174
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		21,4	86
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
				31,1	42,5	105,8	957
<b>Итого</b>							
<b>Полдник</b>							
2008	104	ПИРОЖКИ С ЯЙЦОМ	80	6,8	7,8	25	207
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,2	21,1	118
				10,1	10	46,1	325
<b>Итого</b>							
<b>Ужин 1</b>							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	110	1,7	10,1	8,4	133
2020	59	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	17	16	7,9	266
2006	66	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,4	4,6	39,2	228
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	4,6	0,8	30,8	133
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		34,4	33,2	129,8	968
<b>Итого</b>							
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	4,9	4,5	19,4	142
				4,9	4,5	19,4	142
<b>Итого</b>							
<b>Всего</b>				104	114,4	412,1	3152

Оформлено в соответствии с

С.А. Карасева