

Согласовано



директор
 ГОУ «Рыбковская школа-интернат № 1»
 /Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

27 февраля 2025 г.

7-11 лет

| Сборник рецептов | № 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 |
| 2006 | 41 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 170 | 29,4 | 15 | 26 | 382 |
| 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 | | | | 34,9 | 25,9 | 61,6 | 645 |
| 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 | 120 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 3,4 | 5,4 | 7,2 | 98 |
| 2006 | 499 | ПТИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ | 240 | 10,3 | 10,5 | 24,5 | 248 |
| 2006 | 558 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 0,3 | | 21,4 | 86 |
| 2008 | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 2,6 | 0,5 | 17,6 | 76 |
| | | ФРУКТ | 110 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 52 |
| Итого | | | | 19,3 | 17,7 | 96,9 | 639 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 449 | ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ | 80 | 4,3 | 4,5 | 36,8 | 206 |
| 2006 | 642 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,2 | 2,2 | 21 | 117 |
| Итого | | | | 7,5 | 6,7 | 57,8 | 323 |
| Ужин 1 | | | | | | | |
| 2008 | 10 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ | 80 | 1,2 | 7,2 | 6,1 | 95 |
| 2020 | 61 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 90 | 13,6 | 12,6 | 15,6 | 240 |
| 2020 | 70 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 160 | 3,6 | 4,2 | 14,8 | 119 |
| 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 | | | | 23,5 | 25,4 | 81,3 | 656 |
| Ужин 2 | | | | | | | |
| 2008 | | НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ | 180 | 4,9 | 4,5 | 19,4 | 142 |
| Итого | | | | 4,9 | 4,5 | 19,4 | 142 |
| Всего | | | | 97,1 | 87 | 332,4 | 2557 |

Осокина С.С.

Осокина С.С

Рубкевич Е.А.

Куркулова Т.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

27 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 | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2006 | 1 | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 2008 | 41 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 210 | 36 | 17,4 | 33,1 | 464 |
| 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 | | | | 43,7 | 29,1 | 84,1 | 805 |
| 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 | 84 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 4,5 | 7,7 | 8,9 | 129 |
| 2006 | 499 | ПТИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ | 280 | 14,1 | 13,9 | 29,7 | 315 |
| 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 |
| | | ФРУКТ | 110 | 0,4 | 0,4 | 10,8 | 52 |
| Итого | | | | 24,2 | 23,4 | 103,8 | 737 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 449 | ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ | 80 | 4,3 | 4,6 | 36,7 | 207 |
| 2006 | 642 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,2 | 2,2 | 21,1 | 117 |
| Итого | | | | 7,5 | 6,8 | 57,8 | 324 |
| Ужин 1 | | | | | | | |
| 2008 | 10 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ | 110 | 1,7 | 10,1 | 8,4 | 132 |
| 2020 | 61 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 15,1 | 14 | 17,3 | 266 |
| 2020 | 70 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 180 | 4,1 | 4,6 | 16,7 | 135 |
| 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 | | | | 30,2 | 31,2 | 115,8 | 870 |
| Ужин 2 | | | | | | | |
| 2008 | | НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ | 180 | 4,9 | 4,5 | 19,4 | 142 |
| Итого | | | | 4,9 | 4,5 | 19,4 | 142 |
| Всего | | | | 118,6 | 103,3 | 396,3 | 3048 |

Осокина С.С.

Курицын Я.А.