

Согласовано

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



МЕНЮ
 3 февраля 2025 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
II Завтрак							
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
Итого				16,8	13,3	64,2	445
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	7,6	5	17,7	152
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	120	13,9	13,5	4,3	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	57
Итого				36,1	26,8	128,1	913
Полдник							
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				0,8	0,7	27,3	118
Ужин 1							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,8	8,6	9,3	118
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	100	13,7	10,8	10,9	196
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,6	5	24,2	163
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
Итого				28,4	26,9	118,7	818
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				5,4	5	21,6	158
Всего				87,5	72,7	359,9	2452

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

Согласовано

ГОУ ЯО «Рыбновская специальная школа-интернат № 1»
Рубкевич Е.А./



директор

МЕНЮ

3 февраля 2025 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
II Завтрак							
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
Итого				14,4	10,3	64,2	408
Обед							
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
Итого				32,1	22,9	117,8	816
Полдник							
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				0,8	0,7	27,3	118
Ужин 1							
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
Итого				21,9	19,7	79,5	576
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				5,4	5	21,6	158
Всего				74,6	58,6	310,4	2076

 Осокина С.С

 Буличева С.Е.