

Согласовано

директор  
ГБОУ СОШ № 1 "Рубкевичская школа-интернат № 1"  
/Рубкевич Е.А./



# МЕНЮ

12 марта 2025 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2006	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	29,4	15	26	382
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	2,2	21	117
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
<b>Итого</b>				<b>35</b>	<b>26,4</b>	<b>62,5</b>	<b>653</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63
2008	442	СОК	200				
		ФРУКТ	110	0,4	0,4	10,8	52
<b>Итого</b>				<b>1,5</b>	<b>1,9</b>	<b>22</b>	<b>115</b>
<b>Обед</b>							
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,6	6,2	12,2	124
2006	422	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/30	9,4	12,5	17,2	223
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,2	32,4	208
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,3	95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
<b>Итого</b>				<b>25,6</b>	<b>25,5</b>	<b>118,1</b>	<b>805</b>
<b>Полдник</b>							
2017	201	МАННИК	100	5,6	5,3	26,7	180
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
<b>Итого</b>				<b>5,8</b>	<b>5,3</b>	<b>39,4</b>	<b>231</b>
<b>Ужин 1</b>							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	1	4,2	3,5	54
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	90	12,3	21	9,9	292
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	3,5	7,2	17,6	162
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>33,8</b>	<b>75,8</b>	<b>710</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>94,7</b>	<b>97,4</b>	<b>337,2</b>	<b>2656</b>

*Осокина С.С.* Осокина С.С.

*Бунтеева С.Е.* Бунтеева С.Е.

Согласовано

директор

/Рубкевич Е.А./

# МЕНЮ

12 марта 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>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	36	17,4	33,1	464
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,2	21,1	118
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
<b>Итого</b>				<b>43,9</b>	<b>29,6</b>	<b>85,1</b>	<b>814</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104
2008	442	СОК	200				52
		ФРУКТ	110	0,4	0,4	10,8	52
<b>Итого</b>				<b>2,3</b>	<b>2,9</b>	<b>29,4</b>	<b>156</b>
<b>Обед</b>							
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250	4,9	7,8	15	154
2006	422	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/40	10	12,2	20,6	239
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,2	38,9	249
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,3	95
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
<b>Итого</b>				<b>28,9</b>	<b>27,8</b>	<b>130,8</b>	<b>892</b>
<b>Полдник</b>							
2017	201	МАННИК	100	5,6	9	26,7	220
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
<b>Итого</b>				<b>5,8</b>	<b>9</b>	<b>39,4</b>	<b>271</b>
<b>Ужин 1</b>							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	1	4,2	3,5	54
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	100	13,9	23,4	11,4	327
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,7	8,1	19,6	181
2008	430	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
<b>Итого</b>				<b>27,9</b>	<b>38,2</b>	<b>107,9</b>	<b>899</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>113,7</b>	<b>112</b>	<b>412</b>	<b>3174</b>

Осокина С.С.

*С.С. Осокина*