

Согласовано

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

## МЕНЮ

13 марта 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>Завтрак</b>							
2006	1	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	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	55	8,1	8,3	15,4	170
2008	442	СОК	200				
<b>Итого</b>				<b>8,1</b>	<b>8,3</b>	<b>15,4</b>	<b>170</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>24,2</b>	<b>23,4</b>	<b>103,8</b>	<b>737</b>
<b>Полдник</b>							
2008	449	ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ	80	4,5	4,5	36,9	208
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,2	21,1	118
<b>Итого</b>				<b>7,8</b>	<b>6,7</b>	<b>58</b>	<b>326</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	110	1,6	10,1	8,4	133
2020	61	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,1	14	17,3	266
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,1	4,6	16,9	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
<b>Итого</b>				<b>30,1</b>	<b>31,2</b>	<b>116</b>	<b>871</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>90</b>	<b>89,5</b>	<b>397,4</b>	<b>2783</b>

Осокина С.С

Рубкевичева ТА

Согласовано

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

## МЕНЮ

13 марта 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>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,4	3,3	30,3	177
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	1,7	20,1	109
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
<b>Итого</b>				<b>11,9</b>	<b>14,2</b>	<b>65,9</b>	<b>440</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	50	7	6,8	15,4	152
2008	442	СОК	200				
<b>Итого</b>				<b>7</b>	<b>6,8</b>	<b>15,4</b>	<b>152</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>19,3</b>	<b>17,7</b>	<b>96,9</b>	<b>639</b>
<b>Полдник</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>7,5</b>	<b>6,7</b>	<b>57,8</b>	<b>323</b>
<b>Ужин 1</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>23,5</b>	<b>25,4</b>	<b>81,3</b>	<b>656</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>74,1</b>	<b>75,3</b>	<b>336,7</b>	<b>2352</b>

Осокина С.С.

Курнецова ИА