

директор
ГОУ НО Рубежский детского интернат № 1"
/Рубкевич Е.А./

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
II Завтрак							
2006	4, Стр. 1 49	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,3	4,2	27,1	168
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				12,3	9,6	54,3	349
Обед							
2006	27	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	4,9	5,9	11,9	127
2006	403	ПЛОВ С МЯСОМ	240	19,2	16,4	46,4	434
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
Итого				29,3	23,7	112,7	802
Полдник							
		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	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	11,2	7	12,6	156
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	4,1	19,3	130
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
Итого				19,3	12,5	76,7	488
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	4,9	4,5	19,4	142
Итого				4,9	4,5	19,4	142
Всего				66,6	51	290,4	1899

Осокина С.С

Буличева С.Е.

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

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	
II Завтрак							
2006	4, Стр.1 49	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,2	4,8	31	191
			25	5,9	7,5		92
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	180	0,2		11,8	47
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	30	2,3	0,9	15,4	79
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		15,6	13,2	58,2	409
Итого							
Обед							
2006	27	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	250	6,2	7,2	14,8	158
			280	19,2	17,2	53,7	471
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	180	0,3		21,4	86
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ХЛЕБ РЖАНОЙ		30,6	25,8	122,9	870
Итого							
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,8	104
			180	0,2		11,8	47
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ		2,1	2,5	30,4	151
Итого							
Ужин 1							
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	12,8	8,1	14,1	176
			180	3,6	5	24,2	162
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	0,2		12,7	51
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	4,6	0,8	30,8	133
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ		25,7	15,6	112,6	679
Итого							
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	4,9	4,5	19,4	142
				4,9	4,5	19,4	142
Итого							
Всего				78,9	61,6	343,5	2251

Осокина С.С

Буличева С.Е.