

Утверждаю

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

МЕНЮ
 25 марта 2026 г.



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	0,05	8,25	0,08	74,80
2006	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	36,09	17,37	33,25	463,79
2006	77	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,20	2,18	20,98	117,43
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,50	1,74	30,84	157,20
Итого				43,84	29,54	85,15	813,22
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,88	2,45	18,60	104,25
2008		СОК	200	1,00	0,20	20,20	92,00
		ФРУКТ	110	0,44	0,44	10,80	51,79
Итого				3,32	3,09	49,60	248,04
Обед							
2006	31	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	4,68	6,12	15,11	147,65
2006	55	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ	60/40	8,59	19,60	20,38	286,48
2006	67	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,00	6,17	38,97	249,50
2006	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,13	0,13	22,81	92,64
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,48	17,60	76,00
Итого				27,29	33,37	130,29	930,87
Полдник							
2017	39	МАННИК	100	5,70	8,92	26,74	220,40
2006	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,15	0,00	11,75	47,03
Итого				5,85	8,92	38,49	267,43
Ужин 1							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	0,90	4,18	3,50	53,55
2017	48	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	100	11,71	35,31	11,49	404,23
2010	69	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,91	8,24	20,95	187,34
2006	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,15	0,00	11,75	47,03
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,50	1,74	30,84	157,20
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,62	0,84	30,80	133,00
Итого				25,79	50,31	109,33	982,35
Ужин 2							
2006	80	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	4,86	4,50	19,44	142,21
Итого				4,86	4,50	19,44	142,21
Всего				110,95	129,73	432,30	3 384,12

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

Утверждаю

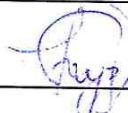
директор
ГБОУ ЯО" Рыбинская школа-интернат № 1"
Грубкевич Е.А./



МЕНЮ
25 марта 2026 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
2006	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	29,33	15,04	25,93	382,88
2006	77	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,32	2,25	21,03	118,78
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого				34,95	26,41	62,46	655,06
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55
2008		СОК	200	1,00	0,20	20,20	92,00
		ФРУКТ	110	0,44	0,44	10,79	51,74
Итого				2,57	2,11	42,15	206,29
Обед							
2006	31	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	3,54	6,24	12,31	125,09
2006	55	ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ	60/30	8,15	20,05	17,64	273,67
2006	67	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,50	5,16	32,46	207,98
2006	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,13	0,13	22,81	92,72
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,48	17,60	76,00
Итого				24,21	32,93	118,24	854,06
Полдник							
2017	39	МАННИК	100	5,80	5,30	26,70	181,48
2006	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,15	0,00	11,75	47,02
Итого				5,95	5,30	38,45	228,50
Ужин 1							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	0,90	4,18	3,50	53,55
2017	48	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	90	10,61	31,86	10,37	364,91
2010	69	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	3,49	7,32	18,63	166,48
2006	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,15	0,00	11,75	47,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,48	17,60	76,00
Итого				20,04	44,71	77,27	786,56
Ужин 2							
2006	80	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	4,86	4,50	19,44	142,20
Итого				4,86	4,50	19,44	142,20
Всего				92,58	115,96	358,01	2 872,67

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

