

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
 27 марта 2026 г.



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	0,05	8,25	0,08	74,80
2006	36	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,43	4,51	28,47	184,46
2010	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,57	1,69	16,95	94,33
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
<b>Итого</b>				<b>12,30</b>	<b>15,32</b>	<b>60,92</b>	<b>432,19</b>
<b>II Завтрак</b>							
2006	4	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,67	3,45	0,28	56,52
2008		СОК	200	1,00	0,20	20,20	92,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
<b>Итого</b>				<b>7,92</b>	<b>4,52</b>	<b>35,90</b>	<b>227,12</b>
<b>Обед</b>							
2006	23	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,98	12,72	121,32
2010	47	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	15,64	15,26	8,76	238,98
2006	64	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,67	4,94	23,90	160,56
2006	72	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	16,34	64,64
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,48	17,60	76,00
		ФРУКТ	110	0,44	0,44	10,80	51,79
2008		СОК	200	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>Итого</b>				<b>29,16</b>	<b>27,17</b>	<b>125,74</b>	<b>883,89</b>
<b>Всего</b>				<b>49,38</b>	<b>47,01</b>	<b>222,56</b>	<b>1 543,20</b>

Осокина С.С

Буличева С.Е.

Утверждаю

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

## МЕНЮ

27 марта 2026 г.



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
2006	36	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,43	4,51	28,47	184,46
2010	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,57	1,69	16,95	94,33
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
<b>Итого</b>				<b>12,30</b>	<b>15,32</b>	<b>60,92</b>	<b>432,19</b>
<b>II Завтрак</b>							
2006	4	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,67	3,45	0,28	56,52
2008		СОК	200	1,00	0,20	20,20	92,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
<b>Итого</b>				<b>7,92</b>	<b>4,52</b>	<b>35,90</b>	<b>227,12</b>
<b>Обед</b>							
2006	23	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,98	12,72	121,32
2010	47	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	15,64	15,26	8,76	238,98
2006	64	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,67	4,94	23,90	160,56
2006	72	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	16,34	64,64
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,48	17,60	76,00
		ФРУКТ	110	0,44	0,44	10,80	51,79
2008		СОК	200	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>Итого</b>				<b>29,16</b>	<b>27,17</b>	<b>125,74</b>	<b>883,89</b>
<b>Всего</b>				<b>49,38</b>	<b>47,01</b>	<b>222,56</b>	<b>1 543,20</b>

*С.С. Осокина*

Осокина С.С.

*С.Е. Буличева*

Буличева С.Е.