

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 октября 2025 г.



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	10,02	0,05	8,25	0,08	74,80
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	12,26	7,51	4,56	28,61	185,90
2010	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	7,72	2,57	1,69	16,95	94,33
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого				32,28	12,38	15,37	61,06	433,63
II Завтрак								
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,18	4,67	3,45	0,28	56,52
2008	442	СОК	200	7,73	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого				15,19	6,92	4,32	15,70	135,12
Обед								
		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	100	19,59	0,85	0,10	2,54	14,08
2006	23	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	200	20,93	3,51	4,97	12,72	121,25
2010	47	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	46,07	14,64	14,16	8,00	222,12
2006	64	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	16,25	3,67	4,93	23,91	160,57
2006	72	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,80	0,00	0,00	16,34	64,64
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	2,25	0,87	15,42	78,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,48	2,64	0,48	17,60	76,00
		ФРУКТ	110	18,13	0,44	0,44	10,78	51,70
Итого				129,53	28,00	25,95	107,31	788,96
Всего				177,00	47,30	45,64	184,07	1 357,71

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 октября 2025 г.



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	10,02	0,05	8,25	0,08	74,80
2006	36	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	10,81	6,68	4,06	25,58	165,80
2010	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	7,72	2,57	1,69	16,97	94,41
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого				30,83	11,55	14,87	58,05	413,61
II Завтрак								
2006	4	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,18	4,67	3,45	0,28	56,52
2008	442	СОК	200	7,73	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого				15,19	6,92	4,32	15,70	135,12
Обед								
		ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ	60	11,75	0,51	0,07	1,52	8,44
2006	23	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	200	16,35	3,24	6,08	12,67	123,72
2010	47	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	41,48	13,14	12,77	7,18	199,82
2006	64	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	13,57	3,06	4,13	19,96	134,04
2006	72	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,79	0,00	0,00	16,34	64,64
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	2,25	0,87	15,42	78,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,48	2,64	0,48	17,60	76,00
		ФРУКТ	110	18,06	0,44	0,44	10,75	51,55
Итого				109,76	25,28	24,84	101,44	736,81
Всего				155,78	43,75	44,03	175,19	1 285,54

Осокина С.С

Буличева С.Е.

