

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 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								
			10	10,02	0,05	8,25	0,08	74,80
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)						
2006	35	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	12,43	8,32	4,04	35,63	212,46
2010	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	7,73	2,57	1,69	16,95	94,34
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,57	4,50	1,74	30,84	157,20
				34,75	15,44	15,72	83,50	538,80
Итого								
II Завтрак								
			40	5,18	4,67	3,45	0,28	56,52
2006	4	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ						
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	2,25	0,87	15,42	78,60
2008	442	СОК	200	7,73	0,00	0,00	0,00	0,00
		ФРУКТ	140	33,80	2,10	0,70	29,40	134,40
				48,99	9,02	5,02	45,10	269,52
Итого								
Обед								
2010	29	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	25,57	5,05	5,10	10,40	119,78
2006	51	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	280	77,22	16,83	15,48	29,92	349,47
2006	72	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,81	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
				111,36	26,77	21,93	89,68	688,49
Итого								
Полдник								
2006	87	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80	9,98	6,35	4,05	43,41	237,22
2006	79	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	14,67	5,60	3,94	10,08	102,07
				24,65	11,95	7,99	53,49	339,29
Итого								
Ужин 1								
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	12,40	1,49	9,09	7,62	118,81
2010	50	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	100	45,66	12,35	9,97	10,05	195,11
2010	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	20,24	4,18	4,71	16,94	135,51
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	1,48	0,17	0,00	12,63	50,60
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,57	4,50	1,74	30,84	157,20
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,34	4,62	0,84	30,80	133,00
				88,69	27,31	26,35	108,88	790,23
Итого								
Ужин 2								
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	19,31	4,86	4,50	19,44	142,20
				19,31	4,86	4,50	19,44	142,20
Итого								
Всего								
				327,75	95,35	81,51	400,09	2 768,50

Кузнецова Т. В.
Овощники В. В.

Утверждаю

директор

ГБОУ "О" Рыбинская школа-интернат № 1"

/Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

7 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	35	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	11,18	7,50	3,64	32,01	190,99
2010	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	7,72	2,57	1,69	16,93	94,23
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого				31,20	12,37	14,45	64,44	438,62
II Завтрак								
2006	4	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,18	4,67	3,45	0,28	56,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	2,25	0,87	15,42	78,60
2008	442	СОК	200	7,73	0,00	0,00	0,00	0,00
		ФРУКТ	110	26,53	1,65	0,55	23,08	105,51
Итого				41,72	8,57	4,87	38,78	240,63
Обед								
2010	29	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	20,51	4,05	4,08	8,30	95,61
2006	51	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	240	66,19	14,40	13,25	25,64	299,53
2006	72	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	3,80	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
Итого				95,26	23,34	18,68	83,30	614,38
Полдник								
2006	87	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80	10,28	6,62	4,25	43,29	239,92
2006	79	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	14,67	5,60	3,94	10,08	102,06
Итого				24,95	12,22	8,19	53,37	341,98
Ужин 1								
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	80	9,94	1,19	7,25	6,17	95,06
2010	50	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	90	41,06	11,08	8,94	9,08	175,24
2010	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	16,95	3,50	3,91	14,16	113,07
2006	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	1,35	0,15	0,00	11,75	47,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	2,25	0,87	15,42	78,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,48	2,64	0,48	17,60	76,00
Итого				74,06	20,81	21,45	74,18	584,99
Ужин 2								
2006	80	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	19,32	4,86	4,50	19,44	142,20
Итого				19,32	4,86	4,50	19,44	142,20
Всего				286,51	82,17	72,14	333,51	2 362,80

Кузнецова Т.А. Кузнец
Овощи с с

