

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 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	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	69,68	29,33	15,04	25,93	382,88
2006	77	КАКАО С МОЛОКОМ	180	8,78	3,32	2,25	21,03	118,78
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого				90,76	34,95	26,41	62,46	655,06
II Завтрак								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,90	1,13	1,47	11,16	62,55
2008	442	СОК	200	7,73	0,00	0,00	0,00	0,00
		ФРУКТ	110	18,13	0,44	0,44	10,78	51,70
Итого				27,76	1,57	1,91	21,94	114,25
Обед								
2006	24	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	200	17,33	2,81	4,38	9,72	99,91
2010	98	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	32,36	12,65	5,98	14,05	158,21
2006	68	РИС ОТВАРНОЙ	150	12,04	3,63	4,72	36,48	207,91
2006	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	4,42	0,50	1,46	2,87	29,20
2006	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	8,36	0,13	0,13	22,81	92,72
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				79,27	24,61	18,02	118,95	742,55
Полдник								
2006	42	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	17,81	6,00	10,56	1,83	144,07
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
Итого				21,44	8,40	11,43	29,00	269,69
Ужин 1								
2006	11	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	70	6,67	1,04	6,69	7,49	92,18
2010	102	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	240	69,02	19,82	20,66	32,79	413,25
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	50	3,10	3,30	0,60	22,00	95,00
Итого				82,42	26,56	28,82	89,45	726,05
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				320,97	100,95	91,09	341,24	2 649,80

Вет Овочкина СС
Курякова ИА

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 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
2006	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	86,09	36,39	18,70	32,07	474,93
2006	77	КАКАО С МОЛОКОМ	180	8,66	3,23	2,20	21,00	117,74
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,57	4,50	1,74	30,84	157,20
Итого				109,34	44,17	30,89	83,99	824,67
II Завтрак								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	3,16	1,88	2,45	18,60	104,25
2008	442	СОК	200	7,73	0,00	0,00	0,00	0,00
		ФРУКТ	110	18,16	0,44	0,44	10,80	51,78
Итого				29,05	2,32	2,89	29,40	156,03
Обед								
2006	24	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	250	21,69	3,52	5,48	12,23	125,35
2010	98	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	100	32,47	12,74	6,04	14,05	159,35
2006	68	РИС ОТВАРНОЙ	150	12,04	3,63	4,72	36,48	207,91
2006	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	4,46	0,54	1,47	3,14	30,60
2006	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	8,31	0,13	0,13	22,79	92,59
		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				83,73	25,45	19,19	121,71	770,40
Полдник								
2006	42	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	22,47	10,21	13,66	2,08	194,94
2006	75	ЧАЙ С САХАРОМ	180	1,35	0,15	0,00	11,75	47,02
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого				26,10	12,61	14,53	29,25	320,56
Ужин 1								
2006	11	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	9,51	1,48	9,56	10,69	131,61
2010	102	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	240	69,04	19,77	20,61	32,82	412,56
2006	75	ЧАЙ С САХАРОМ	180	1,35	0,15	0,00	11,75	47,02
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
Итого				88,81	30,52	32,75	116,90	881,39
Ужин 2								
2006	80	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	19,31	4,86	4,50	19,44	142,22
Итого				19,31	4,86	4,50	19,44	142,22
Всего				356,34	119,93	104,75	400,69	3 095,27

Освокина С.С.
Кузнецова Т.А.

