

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 сентября 2025 г.

7-11 лет



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
II Завтрак							
2006	34	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,26	4,18	27,09	166,99
2006	2	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,52	4,48	0,00	55,22
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
2006	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	11,75	47,02
Итого				12,17	9,53	54,26	347,83
Обед							
2006	26	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	4,22	5,06	11,90	115,95
2006	54	ПЛОВ С МЯСОМ	240	19,24	16,45	46,22	434,10
2006	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,13	0,13	22,83	92,83
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,48	17,60	76,00
Итого				28,48	22,99	113,97	797,48
Полдник							
		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80
2006	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	11,75	47,02
Итого				0,70	0,66	27,21	117,82
Ужин 1							
2006	9	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	70	1,05	3,11	6,04	55,15
2010	98	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	11,70	5,63	12,67	146,39
2006	64	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,99	4,00	19,38	130,03
2006	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,14	0,00	11,75	47,02
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,64	0,48	17,60	76,00
Итого				20,77	14,09	82,86	533,19
Ужин 2							
2006	80	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	5,01	4,64	20,04	146,61
Итого				5,01	4,64	20,04	146,61
Всего				67,13	51,91	298,34	1 942,93

Осокина С.С.
Буличева С.Е.

Утверждаю

директор
ГБОУ «Оверовская школа-интернат № 1»
/Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

1 сентября 2025 г.
12-18 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
II Завтрак							
2006	34	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,53	4,11	29,89	178,29
2006	2	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,68	5,95	0,00	73,39
2006	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,15	0,00	11,77	47,10
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,17	0,84	14,89	75,88
				13,53	10,90	56,55	374,66
Итого							
Обед							
2006	26	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	250	5,48	6,35	14,83	145,36
2006	54	ПЛОВ С МЯСОМ	280	19,18	17,14	53,57	470,17
2006	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,13	0,13	22,83	92,83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,17	0,84	14,89	75,88
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	41	2,73	0,50	18,21	78,63
				29,69	24,96	124,33	862,87
Итого							
Полдник							
2008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80
2006	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,15	0,00	11,77	47,10
				0,71	0,66	27,23	117,90
Итого							
Ужин 1							
2006	9	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,50	8,65	6,21	105,69
2010	98	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	11,51	5,46	12,38	142,65
2006	64	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,67	4,72	24,10	159,06
2006	75	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,15	0,00	11,77	47,10
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	58	4,35	1,68	29,79	151,86
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	72	4,78	0,87	31,88	137,68
				25,96	21,38	116,13	744,04
Итого							
Ужин 2							
2006	80	НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	180	5,01	4,64	20,03	146,55
				5,01	4,64	20,03	146,55
Итого				74,90	62,54	344,27	2 246,02
Всего							

Осокина С.С.
Буличева С.Е.