

Согласовано

директор

школы-интернат № 1"

/Рубкевич Е.А./

# МЕНЮ

22 сентября 2021 г.

7-11 лет



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	0,1	8,3	0,1	75
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	190	7,9	6,3	34,2	230
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,3	21,3	120
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	78	5,8	2,2	39,8	203
<b>Итого</b>				<b>17,2</b>	<b>19,1</b>	<b>95,4</b>	<b>628</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	442	СОК	190				
2008		БАНАН	233	3,5	1,2	49	224
<b>Итого</b>				<b>6,5</b>	<b>5,1</b>	<b>78,8</b>	<b>391</b>
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,4		1,1	6
2020	24	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	200	3,9	5,1	9,2	110
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80/5	12	8,3	6,6	155
2006	68	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	4,7	36,5	208
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,7	76
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20	102
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,5	19,3	83
<b>Итого</b>				<b>26</b>	<b>19,7</b>	<b>111,4</b>	<b>740</b>
<b>Полдник</b>							
2008	42	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	8,8	12,8	1,6	179
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20	102
<b>Итого</b>				<b>11,9</b>	<b>13,9</b>	<b>34,3</b>	<b>332</b>
<b>Ужин 1</b>							
2006	11	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,4	5,2	10,6	94
2020	51	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	250	14,8	13,8	26,8	311
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180/13	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20	102
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,9	0,5	19,3	83
<b>Итого</b>				<b>22,2</b>	<b>20,6</b>	<b>89,4</b>	<b>641</b>
<b>Ужин 2</b>							
2010	645	"СНЕЖОК"	184	5	4,6	19,9	146
<b>Итого</b>				<b>5</b>	<b>4,6</b>	<b>19,9</b>	<b>146</b>
<b>Всего</b>				<b>88,8</b>	<b>83</b>	<b>429,2</b>	<b>2878</b>

*Вит. Союкина сс Е.А. Бурилова с.л*

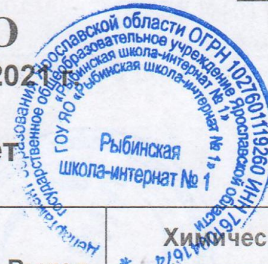
Согласовано

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

# МЕНЮ

22 сентября 2021

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	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	210	8,3	6,6	37,4	249
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	210	3,9	2,6	19,2	116
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	97	7,3	2,8	49,9	254
<b>Итого</b>				<b>19,6</b>	<b>20,3</b>	<b>106,6</b>	<b>694</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	442	СОК	190				
2008		БАНАН	233	3,5	1,2	49	224
<b>Итого</b>				<b>6,5</b>	<b>5,1</b>	<b>78,8</b>	<b>391</b>
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,4		1,1	6
2020	24	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	250	5,1	6,4	12,3	142
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	110/6	16,5	14,6	8,3	234
2006	68	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,3	5,7	43,8	250
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		20,9	85
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,6	1,4	24,9	127
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,9	133
<b>Итого</b>				<b>34,8</b>	<b>28,9</b>	<b>142,2</b>	<b>977</b>
<b>Полдник</b>							
2008	42	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100/5	8,8	12,8	1,6	179
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,6	1,4	24,9	127
<b>Итого</b>				<b>12,6</b>	<b>14,2</b>	<b>40,6</b>	<b>362</b>
<b>Ужин 1</b>							
2006	11	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	130	1,9	12,4	13,9	171
2020	51	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С МЯСОМ	300	18	16,6	32,2	375
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,6	1,4	24,9	127
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	61	4,1	0,7	27	117
<b>Итого</b>				<b>27,8</b>	<b>31,1</b>	<b>112,1</b>	<b>846</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		"СНЕЖОК"	184	5	4,6	19,8	145
<b>Итого</b>				<b>5</b>	<b>4,6</b>	<b>19,8</b>	<b>145</b>
<b>Всего</b>				<b>106,3</b>	<b>104,2</b>	<b>500,1</b>	<b>3415</b>

Вит. Овощи с с

Е.А. Рубкевич с с

