

Согласовано

Российская Федерация директор  
 Департамент образования Ярославской области  
 ГОУ ЯО «Рыбинская школа-интернат № 1»  
 учреждение Ярославской области  
 «Рыбинская школа-интернат № 1»  
 152916, Ярославская обл., г.Рыбинск,  
 ул.Инженерная дом 21  
 Тел./факс (4855) 20-03-72

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_  
 от \_\_\_\_\_

# МЕНЮ

10 апреля 2023 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>II Завтрак</b>							
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,1	3,2	31,5	181
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,7	1,7	16	91
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	14,8	75
<b>Итого</b>				<b>14,5</b>	<b>10,2</b>	<b>62,3</b>	<b>402</b>
<b>Обед</b>							
2008	95 стр37	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,4	5,1	8,5	105
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	110	12,7	11,1	4	181
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	4,8	32,4	203
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	21,1	87
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	14,8	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	17,8	77
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,7	52
<b>Итого</b>				<b>29,1</b>	<b>22,9</b>	<b>109,3</b>	<b>780</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ВАФЛИ	25	0,7	0,8	18,7	86
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	3,9	10	102
<b>Итого</b>				<b>6,3</b>	<b>4,7</b>	<b>28,7</b>	<b>188</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,2	3,8	5,6	60
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	12,8	12,4	7,1	194
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	4,2	19,4	131
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		10,6	43
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	14,8	75
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	17,8	77
<b>Итого</b>				<b>22,1</b>	<b>21,7</b>	<b>75,3</b>	<b>580</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,7	159
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,7</b>	<b>159</b>
<b>Всего</b>				<b>77,4</b>	<b>64,5</b>	<b>297,3</b>	<b>2109</b>

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

Согласовано

Государственная Федерация  
 Департамент образования Ярославской области  
 директор  
 ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 1"  
 учреждение Ярославской области  
 «Рыбинская школа-интернат» Рюкевич Е.А./  
 152916, Ярославская обл., г.Рыбинск,  
 ул.Инженерная дом 21  
 Тел./факс (4855) 20-03-72

от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_  
 от \_\_\_\_\_


# МЕНЮ

10 апреля 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>II Завтрак</b>							
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,1	3,2	31,5	181
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,8	7,4		91
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,7	1,7	16	91
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	14,8	75
<b>Итого</b>				<b>16,8</b>	<b>13,1</b>	<b>62,3</b>	<b>438</b>
<b>Обед</b>							
2008	95 стр37	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	4,4	5,7	10,3	123
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	120	13,9	13	4,3	203
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,2	38,9	248
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	21	86
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,8	14,8	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	17,8	77
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
<b>Итого</b>				<b>32,7</b>	<b>26,8</b>	<b>117,9</b>	<b>864</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ВАФЛИ	25	0,7	0,8	18,7	86
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	3,9	10,1	102
<b>Итого</b>				<b>6,3</b>	<b>4,7</b>	<b>28,8</b>	<b>188</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,8	8,6	9,3	118
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	14,5	13	7,8	209
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	5	24,3	163
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,5	46
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	57	4,3	1,7	29,5	151
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	71	4,7	0,8	31,1	134
<b>Итого</b>				<b>29,2</b>	<b>29,1</b>	<b>113,5</b>	<b>821</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,7	159
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,7</b>	<b>159</b>
<b>Всего</b>				<b>90,4</b>	<b>78,7</b>	<b>344,2</b>	<b>2470</b>

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

