

Согласовано

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

МЕНЮ

13 апреля 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	170	5,1	3,4	21,3	139
2006	762	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	1,8	0,8	21	98
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	19,9	101
Итого				9,9	13,6	62,3	413
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	442	СОК	200				
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
Итого				3,5	4,4	42,5	228
Обед							
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4	6,2	12,5	126
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	80	11,3	8,6	8,8	159
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	3,5	4,7	22,1	150
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		21,5	87
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	19,9	101
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,6	20,3	88
Итого				25	21,2	105,1	711
Полдник							
2017	201	МАННИК	100/5	6,2	9	31,1	239
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,2	53
Итого				6,4	9	44,3	292
Ужин 1							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	90	1,4	9,1	7,1	116
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,2	12	11,1	210
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	140	3,3	4,4	33,9	193
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	1,4	2,9	29
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,1	45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	19,9	101
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,6	20,3	88
Итого				23,4	28,6	106,3	782
Ужин 2							
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	185	5,2	3,7	9,4	96
Итого				5,2	3,7	9,4	96
Всего				73,4	80,5	369,9	2522

Дир. Овчина СС

Дир. Клименко ТА

Согласовано

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

МЕНЮ

13 апреля 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	170	5,1	3,4	21,3	139
2006	762	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	1,8	0,8	21	98
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	19,9	101
Итого				9,9	13,6	62,3	413
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	442	СОК	200				
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
Итого				3,5	4,4	42,5	228
Обед							
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4	6,2	12,5	126
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	80	11,3	8,6	8,8	159
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	3,5	4,7	22,1	150
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		21,5	87
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	19,9	101
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,6	20,3	88
Итого				25	21,2	105,1	711
Полдник							
2017	201	МАННИК	100/5	6,2	9	31,1	239
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,2	53
Итого				6,4	9	44,3	292
Ужин 1							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	90	1,4	9,1	7,1	116
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,2	12	11,1	210
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	140	3,3	4,4	33,9	193
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	1,4	2,9	29
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,1	45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	19,9	101
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,6	20,3	88
Итого				23,4	28,6	106,3	782
Ужин 2							
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	185	5,2	3,7	9,4	96
Итого				5,2	3,7	9,4	96
Всего				73,4	80,5	369,9	2522

Петр Соколов

Трубкевич Е.А.

