

Согласовано

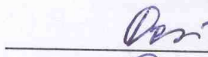
директор  
 ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 1"  
 /Рубкевич Е.А./

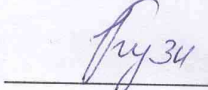
# МЕНЮ

4 апреля 2022 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)	20	4,7	6		74
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5	5,3	27,4	183
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		10,3	41
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	1,1	19,3	99
<b>Итого</b>				<b>12,7</b>	<b>12,4</b>	<b>57</b>	<b>397</b>
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,3		0,5	4
2008	95 стр37	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	4	6,5	8,1	110
2008	259	ГУЛЯШ	100	8	7,9	2,6	123
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	6,9	4,8	30,2	194
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	20,7	85
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	1,1	19,3	99
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,6	21,5	93
<b>Итого</b>				<b>25,4</b>	<b>21,1</b>	<b>102,9</b>	<b>708</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	190	5,3	3,8	9,6	97
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
<b>Итого</b>				<b>6,3</b>	<b>4,9</b>	<b>35,9</b>	<b>220</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	80	1,5	6,9	7,4	94
2020	45	ФИЛЕ РЫБЫ ПОД СОУСОМ ПОЛЬСКИМ	100	11,3	8,2	0,2	133
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	3,4	4,6	22,1	149
2006	627	ЧАЙ С КОНФЕТАМИ	200/15	0,7		15,4	64
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	1,1	19,3	99
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	49	3,2	0,6	21,5	93
<b>Итого</b>				<b>22,9</b>	<b>21,4</b>	<b>85,9</b>	<b>632</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		СНЕЖОК	170	4,6	4,3	18,5	136
<b>Итого</b>				<b>4,6</b>	<b>4,3</b>	<b>18,5</b>	<b>136</b>
<b>Всего</b>				<b>71,9</b>	<b>64,1</b>	<b>300,2</b>	<b>2093</b>

  
 Осокина С.С.

  
 Буличева С.Е.

Согласовано

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

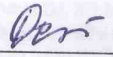
## МЕНЮ

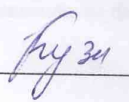
4 апреля 2022 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ 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 С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	5,7	6	30,6	205
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,7	6		74
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,5	1,4	24,1	123
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		10,3	41
<b>Итого</b>				<b>14,1</b>	<b>13,4</b>	<b>65</b>	<b>443</b>
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,3		0,5	4
2008	95 стр37	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	250	4,2	7,6	10,3	132
2006	53	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	11,7	11,4	3,7	175
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	170	8,5	6	36,7	236
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1	0,1	22,3	91
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	56	4,2	1,6	29	148
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	78	5,2	0,9	34,3	148
<b>Итого</b>				<b>34,2</b>	<b>27,6</b>	<b>136,8</b>	<b>934</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	190	5,3	3,8	9,6	97
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
<b>Итого</b>				<b>6,3</b>	<b>4,9</b>	<b>35,9</b>	<b>220</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,8	8,6	9,3	118
2017		ФИЛЕ РЫБЫ ПОД СОУСОМ ПОЛЬСКИМ	120	16	8,5	0,2	154
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,1	5,7	27	182
2008	430	ЧАЙ С КОНФЕТАМИ	200/20	0,7		15,4	64
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	1,1	19,3	99
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	68	4,5	0,8	30,1	130
<b>Итого</b>				<b>29,9</b>	<b>24,7</b>	<b>101,3</b>	<b>747</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		СНЕЖОК	175	4,6	4,3	18,5	136
<b>Итого</b>				<b>4,6</b>	<b>4,3</b>	<b>18,5</b>	<b>136</b>
<b>Всего</b>				<b>89,1</b>	<b>74,9</b>	<b>357,5</b>	<b>2480</b>

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

