

Согласовано

# МЕНЮ

17 декабря 2021 г.

7-11 лет

директор  
Рубкевич Е.А./

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 1"

Рыбинская школа-интернат № 1

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
2020	33	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,5	6,8	32,3	228
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,8	2,6	21,9	126
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	76	5,7	2,2	38,9	198
<b>Итого</b>				<b>17,1</b>	<b>19,9</b>	<b>93,2</b>	<b>627</b>
<b>II Завтрак</b>							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008	442	СОК	194				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,5	1,4	24,3	124
<b>Итого</b>				<b>7,6</b>	<b>4,4</b>	<b>24,5</b>	<b>174</b>
<b>Обед</b>							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	56	1	4,6	3,9	60
2020	29	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	4,8	4,9	8,5	108
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	70	9,5	7,5	7,5	136
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4	5,3	24,7	168
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		17,6	72
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	1,1	19,4	99
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,6	21,2	92
2008		ЯБЛОКО	187	0,8	0,8	18,4	88
<b>Итого</b>				<b>26,4</b>	<b>24,8</b>	<b>121,2</b>	<b>823</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
<b>Итого</b>				<b>2,8</b>	<b>3,4</b>	<b>38,7</b>	<b>197</b>
<b>Ужин 1</b>							
2006	422	ТЕФТЕЛИ	100/50	15,2	19,1	17,4	320
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,3	32,4	209
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	175	5,3	4,7	8,5	106
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,8	1,1	19,4	99
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,6	21,2	92
<b>Итого</b>				<b>34</b>	<b>30,8</b>	<b>98,9</b>	<b>826</b>
<b>Всего</b>				<b>87,9</b>	<b>83,3</b>	<b>376,5</b>	<b>2647</b>

*Осокина*

*Буличева*

Осокина С.С

Буличева С.Е.

Согласовано

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

# МЕНЮ

17 декабря 2021 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2020	33	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,9	7,2	35,1	244
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4	2,9	24,3	140
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	94	7,1	2,7	48,6	248
<b>Итого</b>				<b>19,1</b>	<b>21,1</b>	<b>108,1</b>	<b>707</b>
<b>II Завтрак</b>							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008	442	СОК	194				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,5	1,4	24,3	124
<b>Итого</b>				<b>7,6</b>	<b>4,4</b>	<b>24,5</b>	<b>174</b>
<b>Обед</b>							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	56	1	4,6	3,9	60
2020	29	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	250	5,1	5,2	10,4	121
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	110	14,8	11,5	12	211
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	230	5,2	6,9	31,5	216
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		19,5	80
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,5	1,4	24,3	124
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	77	5,1	0,9	34	147
		ЯБЛОКО	182	0,7	0,7	17,9	86
<b>Итого</b>				<b>35,7</b>	<b>31,2</b>	<b>153,5</b>	<b>1045</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
<b>Итого</b>				<b>2,8</b>	<b>3,4</b>	<b>40,1</b>	<b>202</b>
<b>Ужин 1</b>							
2006	422	ТЕФТЕЛИ	100/50	15,6	19,3	17,6	325
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,4	39	251
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	175	5,3	4,7	8,5	106
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,5	1,4	24,3	124
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	68	4,5	0,8	29,7	128
<b>Итого</b>				<b>37,8</b>	<b>32,6</b>	<b>119,1</b>	<b>934</b>
<b>Всего</b>				<b>103</b>	<b>92,7</b>	<b>445,3</b>	<b>3062</b>

Осокина С.С.

Буличева С.Е.