

Согласовано

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


# МЕНЮ


29 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
2006	4 Стр149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	8,5	7,2	36	250
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	2,7	19,2	116
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	85	6,4	2,5	43,5	222
<b>Итого</b>				<b>18,8</b>	<b>20,7</b>	<b>98,8</b>	<b>663</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146
2008	442	СОК	200				
<b>Итого</b>				<b>2,6</b>	<b>3,4</b>	<b>26</b>	<b>146</b>
<b>Обед</b>							
		ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	90	2,4	0,2	4,6	28
2020	24	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	300	5,6	7,6	12,7	159
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	100	14,3	20,7	11,4	318
2006	68	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,3	5,7	43,8	250
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	3,6	2,9	48
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,3		15,3	63
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	53	4	1,5	27,2	139
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	68	4,5	0,8	29,9	129
<b>Итого</b>				<b>35,8</b>	<b>40,1</b>	<b>147,8</b>	<b>1134</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,6	53
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
		ЯБЛОКО	170	0,7	0,7	15,7	74
<b>Итого</b>				<b>1,3</b>	<b>1,2</b>	<b>41,4</b>	<b>183</b>
<b>Всего</b>				<b>58,5</b>	<b>65,4</b>	<b>314</b>	<b>2126</b>

  
 Осокина С.С.

  
 Буличева С.Е.

Согласовано

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

# МЕНЮ

29 декабря 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
2006	4 Стр149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	8	6,8	33,2	232
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,3	21,3	120
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	42	3,2	1,2	21,8	111
<b>Итого</b>				<b>14,7</b>	<b>18,6</b>	<b>76,4</b>	<b>538</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26	146
2008	442	СОК	200				
<b>Итого</b>				<b>2,6</b>	<b>3,4</b>	<b>26</b>	<b>146</b>
<b>Обед</b>							
		ЗЕЛЕНЬЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	54	1,4	0,1	2,8	17
2020	24	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	250	4,1	5,9	10,8	128
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	90	13,1	17,9	10,2	278
2006	68	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	4,7	36,5	208
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,5	1,4	2,9	30
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		13,8	57
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	53	4	1,5	27,2	139
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,6	21,3	92
<b>Итого</b>				<b>30,2</b>	<b>32,1</b>	<b>125,5</b>	<b>949</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,6	53
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
		ЯБЛОКО	170	0,7	0,7	15,7	74
<b>Итого</b>				<b>1,3</b>	<b>1,2</b>	<b>40</b>	<b>178</b>
<b>Всего</b>				<b>48,8</b>	<b>55,3</b>	<b>267,9</b>	<b>1811</b>

Осокина С.С

Буличева С.Е.



