

Согласовано



директор  
ГБОУ «Рыбинская школа-интернат № 1»  
/Рукевич Е.А./

# МЕНЮ

6 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, Стр. 1 49	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6,9	6	29,5	205
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,3	21,3	120
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3	1,2	20,9	106
<b>Итого</b>				<b>13,4</b>	<b>17,8</b>	<b>71,8</b>	<b>506</b>
<b>II Завтрак</b>							
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,9	7,5		93
2008	442	СОК	189				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3	1,2	20,9	106
<b>Итого</b>				<b>8,9</b>	<b>8,7</b>	<b>20,9</b>	<b>199</b>
<b>Обед</b>							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	68	1,2	5,6	4,7	72
2006	120	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,1	3,7	6,8	80
2020	54	ПЛОВ С МЯСОМ	240	18,3	15,7	47,1	427
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		22,4	90
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3	1,2	20,9	106
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,6	22,4	97
<b>Итого</b>				<b>29,3</b>	<b>26,8</b>	<b>124,3</b>	<b>872</b>
<b>Полдник</b>							
		ВАФЛИ	27	0,8	0,9	20,9	96
2020	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
		ЯБЛОКО	169	0,7	0,7	16,6	80
<b>Итого</b>				<b>1,7</b>	<b>1,6</b>	<b>50,2</b>	<b>227</b>
<b>Ужин 1</b>							
2020	9	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	1,1	3,9	6,8	66
2006	332	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90/70	12	11,4	15,9	216
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	3,5	4,8	22,5	152
2020	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3	1,2	20,9	106
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,6	22,4	97
<b>Итого</b>				<b>23,2</b>	<b>21,9</b>	<b>101,2</b>	<b>688</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	209	4,2	3,1	6,3	100
<b>Итого</b>				<b>4,2</b>	<b>3,1</b>	<b>6,3</b>	<b>100</b>
<b>Всего</b>				<b>80,7</b>	<b>79,9</b>	<b>374,7</b>	<b>2592</b>

*Ветеринар Рукевич Е.А.*

*Бурмалева С.Е.*

Согласовано

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

# МЕНЮ

6 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>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2006	4, Стр. 1 49	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,1	6,3	32	220
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	2,6	23,6	133
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	81	6,1	2,4	41,7	213
<b>Итого</b>				<b>17,1</b>	<b>19,6</b>	<b>97,4</b>	<b>641</b>
<b>II Завтрак</b>							
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,9	7,5		93
2008	442	СОК	189				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,8	1,5	26,1	133
<b>Итого</b>				<b>9,7</b>	<b>9</b>	<b>26,1</b>	<b>226</b>
<b>Обед</b>							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	68	1,2	5,6	4,7	72
2006	120	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	3,5	4,4	8,6	95
2020	54	ПЛОВ С МЯСОМ	280	21,3	18,4	54,5	495
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		24,8	100
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	51	3,8	1,5	26,1	133
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	61	4	0,7	26,9	116
<b>Итого</b>				<b>34,1</b>	<b>30,6</b>	<b>145,6</b>	<b>1011</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ВАФЛИ	27	0,8	0,9	20,9	96
2020	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
		ЯБЛОКО	169	0,7	0,7	16,6	80
<b>Итого</b>				<b>1,7</b>	<b>1,6</b>	<b>50,2</b>	<b>227</b>
<b>Ужин 1</b>							
2020	39	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	120	1,8	5,7	10,4	98
2006	332	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	120/80	15,7	14,6	21,4	284
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	210	4,2	6	28	190
2020	74	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3	1,2	20,9	106
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	71	4,7	0,9	31,4	135
<b>Итого</b>				<b>29,6</b>	<b>28,4</b>	<b>126,2</b>	<b>869</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	209	4,2	3,1	6,3	100
<b>Итого</b>				<b>4,2</b>	<b>3,1</b>	<b>6,3</b>	<b>100</b>
<b>Всего</b>				<b>96,4</b>	<b>92,3</b>	<b>451,8</b>	<b>3074</b>

Овощи Овощика е е

Рубкевич Е.А.

