

Согласовано

директор  
ГБОУ СО Рыбинская школа-интернат № 1"  
/Рубкевич Е.А./

# МЕНЮ

28 декабря 2022 г.

7-11 лет



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                         | Выход | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------|-------|---------------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                            |       |               | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                            |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2006                          | 1                   | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                           | 10    | 8,61          | 0,1               | 8,3     | 0,1              | 75                                       |
| 2006                          | 4<br>Стр149         | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ                            | 180   | 10,06         | 7,3               | 3,5     | 31,4             | 187                                      |
| 2006                          | 642                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                            | 180   | 9,23          | 3,2               | 2,2     | 21               | 117                                      |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                             | 30    | 2,25          | 2,3               | 0,9     | 15,4             | 79                                       |
| Итого                         |                     |                                                            |       | 30,15         | 12,9              | 14,9    | 67,9             | 458                                      |
| II Завтрак                    |                     |                                                            |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                                    | 15    | 4,05          | 1,1               | 1,5     | 11,2             | 63                                       |
| 2008                          | 442                 | СОК                                                        | 195   | 12,04         |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | ФРУКТ                                                      | 110   | 12,44         | 0,4               | 0,4     | 10,7             | 52                                       |
| Итого                         |                     |                                                            |       | 28,53         | 1,5               | 1,9     | 21,9             | 115                                      |
| Обед                          |                     |                                                            |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 76                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ ,<br>КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И<br>ГОВЯДИНОЙ | 200   | 16,46         | 3,3               | 4,8     | 9,9              | 108                                      |
| 2008                          | 239                 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                                             | 90    | 26,09         | 11,5              | 8,2     | 13,7             | 171                                      |
| 2006                          | 465                 | РИС ОТВАРНОЙ                                               | 150   | 13,62         | 3,6               | 4,9     | 36,8             | 210                                      |
| 2006                          | 558                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ<br>СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С               | 180   | 9,96          | 0,3               |         | 22,3             | 90                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                             | 30    | 2,25          | 2,3               | 0,9     | 15,4             | 79                                       |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                | 40    | 2,40          | 2,6               | 0,5     | 17,6             | 76                                       |
| Итого                         |                     |                                                            |       | 70,78         | 23,6              | 19,3    | 115,7            | 734                                      |
| Полдник                       |                     |                                                            |       |               |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                    | 120   | 27,88         | 10,2              | 13,4    | 2                | 192                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                             | 30    | 2,25          | 2,3               | 0,9     | 15,4             | 79                                       |
| 2006                          | 627                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                              | 180   | 1,74          | 0,2               |         | 11,8             | 47                                       |
| Итого                         |                     |                                                            |       | 31,87         | 12,7              | 14,3    | 29,2             | 318                                      |
| Всего                         |                     |                                                            |       | 161,33        | 50,7              | 50,4    | 234,7            | 1625                                     |

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

Согласовано

директор  
ГБОУ "Рыбинская школа-интернат № 1"

Рубкевич Е.А./

# МЕНЮ

28 декабря 2022 г.

7-11 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                      | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                                         |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                                         |       |                   |         |                  |                                          |
| 2006                          | 1                   | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                                        | 10    | 0,1               | 8,3     | 0,1              | 75                                       |
| 2006                          | 4<br>Стр149         | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                            | 180   | 7,3               | 3,5     | 31,4             | 187                                      |
| 2006                          | 642                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                         | 180   | 3,2               | 2,2     | 21               | 117                                      |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 33    | 2,5               | 1       | 17,1             | 87                                       |
| Итого                         |                     |                                                         |       | 13,1              | 15      | 69,6             | 466                                      |
| II Завтрак                    |                     |                                                         |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                                 | 15    | 1,1               | 1,5     | 11,2             | 63                                       |
| 2008                          | 442                 | СОК                                                     | 195   |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | ФРУКТ                                                   | 110   | 0,4               | 0,4     | 10,7             | 52                                       |
| Итого                         |                     |                                                         |       | 1,5               | 1,9     | 21,9             | 115                                      |
| Обед                          |                     |                                                         |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 76                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ , КАРТОФЕЛЕМ СО<br>СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ | 200   | 3,3               | 4,8     | 9,9              | 108                                      |
| 2008                          | 239                 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ                                          | 90    | 11,7              | 8,2     | 14,6             | 175                                      |
| 2006                          | 465                 | РИС ОТВАРНОЙ                                            | 150   | 3,6               | 4,9     | 36,8             | 210                                      |
| 2006                          | 558                 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С<br>ВИТАМИНОМ С            | 180   | 0,3               |         | 22,3             | 90                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 33    | 2,5               | 1       | 17,1             | 87                                       |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                             | 42    | 2,8               | 0,5     | 18,3             | 79                                       |
| Итого                         |                     |                                                         |       | 24,2              | 19,4    | 119              | 749                                      |
| Полдник                       |                     |                                                         |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ                 | 110   | 10,2              | 13,4    | 2                | 192                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                          | 33    | 2,5               | 1       | 17,1             | 87                                       |
| 2006                          | 627                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                           | 180   | 0,2               |         | 11,8             | 47                                       |
| Итого                         |                     |                                                         |       | 12,9              | 14,4    | 30,9             | 326                                      |
| Всего                         |                     |                                                         |       | 51,7              | 50,7    | 241,4            | 1656                                     |

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

