

Согласовано

директор

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

МЕНЮ

9 декабря 2022 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,3	4,4	28,1	181
		ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	1,3	0,8	14,7	71
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,6	1,8	31,8	162
Итого				13,3	15,3	74,7	489
II Завтрак							
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45	4,7	3,5	0,3	57
2008	442	СОК	190				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,9	81
Итого				7	4,4	16,2	138
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ И СМЕТАНОЙ	250	6,3	6,1	14,7	151
2017	100	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	100	14	21,9	15,4	320
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,1	4,6	16,7	135
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	22,9	93
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,9	81
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,4	0,4	15,7	68
		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,7	56
Итого				29,7	34,5	113	904
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				2,1	2,5	30,4	151
Всего				52,1	56,7	234,3	1682

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

Согласовано

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

МЕНЮ

9 декабря 2022 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,4	3,9	25,2	162
1994	630.,ТТ К	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,4	1,6	16,5	91
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,9	81
Итого				11,2	14,7	57,7	409
II Завтрак							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45	4,7	3,5	0,3	57
2008	442	СОК	190				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,9	81
Итого				7	4,4	16,2	138
Обед							
2006	27	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	4,7	4,8	11,9	121
2017	100	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	90	12,6	19,6	13,9	288
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,4	4	13,8	111
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,2	95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,9	81
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,4	0,4	15,7	68
		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,7	56
Итого				26,1	30,4	106,1	820
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				1,3	1,5	23	110
Всего				45,6	51	203	1477

Осокина С.С

Буличева С.Е.

