



Согласовано

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

## МЕНЮ

21 февраля 2023 г.

12-18 лет



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	36	17,3	33,1	463
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	100	1,5	1	9,4	52
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
<b>Итого</b>				<b>42,1</b>	<b>28,3</b>	<b>73,4</b>	<b>747</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	110	10,2	13,7	2	195
2008	442	СОК	200				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
2006		ФРУКТ	180	2,7	0,9	37,8	173
<b>Итого</b>				<b>15,2</b>	<b>15,5</b>	<b>55,2</b>	<b>447</b>
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,3		0,7	4
2006	23	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5,4	8,7	15,7	165
2006	499	ПТИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	280	13,4	13,4	29,7	308
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		22,3	90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
<b>Итого</b>				<b>24,3</b>	<b>23,5</b>	<b>101,4</b>	<b>722</b>
<b>Полдник</b>							
2008	444	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	15	19,8	81	568
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
<b>Итого</b>				<b>15,2</b>	<b>19,8</b>	<b>92,8</b>	<b>615</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	120	1,6	11,2	10,1	147
2008	331	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	260	15,5	15,4	56,7	450
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,8	133
<b>Итого</b>				<b>26,4</b>	<b>29,1</b>	<b>141,1</b>	<b>938</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>5</b>	<b>21,6</b>	<b>158</b>
<b>Всего</b>				<b>128,6</b>	<b>121,2</b>	<b>485,5</b>	<b>3627</b>

*Ветеринар Овощина Е.Е.*

*Кузнецова Т.Н.*