

Согласовано

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

МЕНЮ

18 февраля 2022 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ 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
2020	33	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6,1	5,8	29,7	201
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,5	2,4	21,5	122
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3	1,2	20,5	105
Итого				12,7	17,7	71,8	503
II Завтрак							
2006	324	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008	442	СОК	175				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3	1,2	20,5	105
Итого				7,1	4,2	20,7	155
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И С ГОВЯДИНОЙ	200	6,9	6	14,1	136
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	80	10,8	19,8	8,5	263
2006	66	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	5	3,6	30,7	179
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	3,6	3	48
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		18,7	76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	50	3,7	1,4	25,6	131
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,8	0,5	18,8	81
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,8	62
Итого				30,4	35,4	132,2	976
Полдник							
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
Итого				0,8	0,7	28,2	122
Всего				51	58	252,9	1756

Осокина С.С

Буличева С.Е.

Согласовано

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

МЕНЮ

18 февраля 2022 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ 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
2020	33	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	6,8	6,5	33,1	223
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	210	3,8	2,7	24	136
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	80	6	2,3	41	209
Итого				16,7	19,8	98,2	643
II Завтрак							
2006	324	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008	442	СОК	175				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3	1,2	20,5	105
Итого				7,1	4,2	20,7	155
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И С ГОВЯДИНОЙ	250	7,9	6,9	17,5	163
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	80	10,8	20,2	8,5	267
2006	66	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	170	6,1	4,6	37,4	218
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,5	3,6	3,1	48
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,3		20,8	85
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	50	3,7	1,4	25,6	131
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4	0,7	26,4	114
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,8	62
Итого				33,8	37,9	152,1	1088
Полдник							
		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
Итого				0,8	0,7	29,6	127
Всего				58,4	62,6	300,6	2013

Осокина С.С

Буличева С.Е.

