

Согласовано

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

МЕНЮ

22 февраля 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
2020	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	29,5	15	26,2	386
2020	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	1,5	0,9	15	74
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3	1,2	20,5	105
Итого				34,1	25,4	61,8	640
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	442	СОК	171				
Итого				3	3,9	29,8	167
Обед							
2006	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,5	6,8	12,7	136
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	80	10,8	8,4	8,7	155
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	3,5	4,6	21,7	148
	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,2	0,2	19	78
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	50	3,7	1,4	25,7	131
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,6	21,1	91
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,8	61
Итого				26,4	22,5	121,7	800
Полдник							
2020	87	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	100	8,2	5,1	54,2	298
2020	74	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
Итого				8,4	5,1	66,9	349
Всего				71,9	56,9	280,2	1956

Осокина С.С

Буличева С.Е.

Согласовано

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


МЕНЮ


22 февраля 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
2020	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	35	17,9	30,9	456
2020	75	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	200	1,5	0,9	16,4	80
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	80	6	2,3	41	209
Итого				42,6	29,4	88,4	820
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	442	СОК	171				
Итого				3	3,9	29,8	167
Обед							
2006	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5	7,9	15,6	158
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	100	13,6	10,8	10,9	196
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	3,9	5,2	24,4	166
	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,2	0,2	21,1	87
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	50	3,7	1,4	25,7	131
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	67	4,4	0,8	29,5	127
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,8	61
Итого				31,3	26,8	140	926
Полдник							
2020	87	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	100	8,1	5	54,1	295
2020	74	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
Итого				8,3	5	68,2	351
Всего				85,2	65,1	326,4	2264


 Осокина С.С.


 Буличева С.Е.

