

Согласовано

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

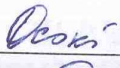
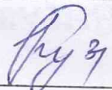
МЕНЮ

24 февраля 2022 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	
II Завтрак							
2020	33	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7	6,5	33,4	226
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	20/49	8,4	7,4	25,3	203
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		11,2	45
Итого				15,6	13,9	69,9	474
Обед							
2006	29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	80	1	8,1	4,8	95
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5,4	8	19,2	178
2020	50	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	150/100	21,4	16	17,6	325
	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,2	0,2	20,6	85
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНЫЙ	49	3,7	1,4	25,3	129
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,6	132
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,8	62
Итого				36,8	35	130,9	1006
Полдник							
2020	88	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	100	6,8	3	53,9	271
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
Итого				7	3	68	327
Ужин 1							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	40	0,8	3,4	2,8	43
2020	59	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	14,8	13	6,3	220
2008	65	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	190	3,6	4,9	28,2	177
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАНЫЙ	39	3	1,1	20,2	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,6	132
Итого				27	23,2	102,2	731
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	209	5,6	5,2	22,5	165
Итого				5,6	5,2	22,5	165
Всего				92	80,3	393,5	2703

 Осокина С.С.
 Буличева С.Е.

Согласовано



директор

ГОУ ЯО Рыбинская школа-интернат № 1"

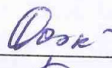
/Рубкевич Е.А./

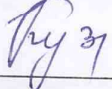
МЕНЮ

24 февраля 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
II Завтрак							
2020	33	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,1	5,7	29,2	198
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	20/39	7,5	6,8	20,2	174
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				13,8	12,5	61,2	419
Обед							
2006	29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	60	0,7	6	3,7	71
2006	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	6,1	7,8	15,2	165
2020	50	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	150/100	21,3	15,9	17,7	325
	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,2	0,2	18,5	76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	49	3,7	1,4	25,3	129
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,6	21,9	94
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,8	61
Итого				35,8	32,4	115,1	921
Полдник							
2020	88	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	100	5,7	5,8	46	264
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
Итого				5,9	5,8	58,7	315
Ужин 1							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	40	0,8	3,4	2,8	43
2020	59	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	14,9	13	6,3	221
2008	65	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	170	3,2	4,4	25,2	158
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	49	3,7	1,4	25,3	129
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,5	76
Итого				25,4	22,7	89,8	678
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	209	5,6	5,2	22,5	165
Итого				5,6	5,2	22,5	165
Всего				86,5	78,6	347,3	2498


Осокина С.С.


Буличева С.Е.

