

Согласовано

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

МЕНЮ

25 февраля 2022 г.

7-11 лет



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6,8	7	26,3	200
	78	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	1,7	24,2	125
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	39	2,9	1,1	20,1	103
Итого				12,9	18,1	70,7	503
II Завтрак							
2006	324	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008	442	СОК	180				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	39	2,9	1,1	20,1	103
Итого				7	4,1	20,3	153
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	6,2	6,8	12	144
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,1	12	11,1	209
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	170	3,9	6,6	16	137
	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,2	0,2	23,2	95
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	49	3,7	1,4	25,1	128
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,6	20,7	89
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
Итого				29,7	28,1	120,8	863
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
Итого				3,2	3,9	42,5	218
Всего				52,8	54,2	254,3	1737

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

Согласовано

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

МЕНЮ

25 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	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,6	7,7	29,2	222
	78	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,5	1,9	26,9	139
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	78	5,9	2,3	40,2	205
Итого				17,1	20,2	96,4	641
II Завтрак							
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008	442	СОК	180				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	39	2,9	1,1	20,1	103
Итого				7	4,1	20,3	153
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	7,4	7,8	14,8	169
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,1	12	11,1	210
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	190	4,4	7,3	17,8	153
	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,2	0,2	25,7	105
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	49	3,7	1,4	25,1	128
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	66	4,3	0,8	28,9	125
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,8	61
Итого				32,6	30	136,2	951
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
Итого				3,2	3,9	43,9	223
Всего				59,9	58,2	296,8	1968

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

