

Согласовано

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

МЕНЮ

24 марта 2023 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
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		56
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,6	4,1	25,6	166
1994	630., ТТ К	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,9	1,9	17,3	99
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				15,4	19,7	58,4	475
II Завтрак							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,7	3,5	0,3	57
2008	442	СОК	200				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				7	4,4	15,7	136
Обед							
2006	27	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	5	5,9	11,9	129
2022	100	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	90	12,6	19,6	13,9	288
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,3	4	13,6	111
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		22,3	90
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
2008	442	СОК	200				
Итого				26,6	31,4	106,5	829
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
Итого				1,8	2	34,8	166
Всего				50,8	57,5	215,4	1606

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

Согласовано

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


МЕНЮ

24 марта 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	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,7	6		74
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,5	4,7	28,6	186
		ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	1,4	0,8	14,9	72
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
Итого				18,2	21,5	74,4	564
II Завтрак							
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,7	3,5	0,3	57
2008	442	СОК	200				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				7	4,4	15,7	136
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ И СМЕТАНОЙ	250	6,2	6,1	14,7	152
2017	100	ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	100	14	18,5	15,7	305
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,1	4,6	16,7	135
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3	0,1	23,7	96
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
2008	442	СОК	200				
Итого				30	31,2	115,6	899
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	56
Итого				2,6	3	42,2	207
Всего				57,8	60,1	247,9	1806

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

