

Согласовано

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

**МЕНЮ**  
 7 марта 202

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	
<b>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	41	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	210	35,9	17,3	33,1	463
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	100	1,5	1	9,4	52
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
<b>Итого</b>				<b>42</b>	<b>28,3</b>	<b>73,4</b>	<b>747</b>
<b>II Завтрак</b>							
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
2006		ФРУКТ	180	2,7	0,9	37,8	173
<b>Итого</b>				<b>9,7</b>	<b>5,3</b>	<b>53,5</b>	<b>309</b>
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,3		0,7	4
2006	23	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	4,8	7,9	15,7	158
2006	499	ПТИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	280	13,4	13,4	29,8	308
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		22,3	90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
2008	442	СОК	200				
<b>Итого</b>				<b>23,7</b>	<b>22,7</b>	<b>101,5</b>	<b>715</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
<b>Итого</b>				<b>2,1</b>	<b>2,5</b>	<b>30,4</b>	<b>151</b>
<b>Всего</b>				<b>77,5</b>	<b>58,8</b>	<b>258,8</b>	<b>1922</b>

Осокина С.С.

Буличева С.Е.







