

Согласовано

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

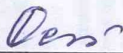
# МЕНЮ

11 марта 2022 г.

7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,8	6,9	25,6	197
1994	630., ТТ К	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	1,6	1	14,2	72
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,5	104
<b>Итого</b>				<b>11,5</b>	<b>17,4</b>	<b>60,4</b>	<b>448</b>
<b>II Завтрак</b>							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,5	104
2008	442	СОК	189				
<b>Итого</b>				<b>7,1</b>	<b>4,2</b>	<b>20,7</b>	<b>154</b>
<b>Обед</b>							
2006	27	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	4,6	5,6	11,9	122
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,1	12	11,2	210
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,1	4	16	123
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	21,8	89
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,5	104
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	48	3,2	0,6	21,2	91
<b>Итого</b>				<b>27,2</b>	<b>23,6</b>	<b>102,6</b>	<b>739</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		10,9	44
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
<b>Итого</b>				<b>3,7</b>	<b>4,4</b>	<b>53,4</b>	<b>272</b>
<b>Всего</b>				<b>49,5</b>	<b>49,6</b>	<b>237,1</b>	<b>1613</b>

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

Согласовано

директор

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

## МЕНЮ

11 марта 2022 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
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	28,4	221
		ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	200	1,6	1	15,5	78
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6	2,3	41	209
<b>Итого</b>				<b>15,3</b>	<b>19,3</b>	<b>85</b>	<b>583</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	1,4	25,6	131
2008	442	СОК	190				
<b>Итого</b>				<b>7,8</b>	<b>4,4</b>	<b>25,8</b>	<b>181</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	5,7	6,6	14,7	150
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,1	12	11,2	211
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4,6	4,3	14,9	126
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	24	98
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,6	1,4	24,6	125
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	77	5,1	0,9	33,8	146
<b>Итого</b>				<b>31,3</b>	<b>25,4</b>	<b>123,2</b>	<b>856</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13	52
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
<b>Итого</b>				<b>3,7</b>	<b>4,4</b>	<b>55,5</b>	<b>280</b>
<b>Всего</b>				<b>58,1</b>	<b>53,5</b>	<b>289,5</b>	<b>1900</b>

Осокина С.С.

Буличева С.Е.



