

Согласовано



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

МЕНЮ

18 марта 2022 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ 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
2006	табл. № 4, стр. 14 9	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	5,9	5,8	31,4	206
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	2,2	21	117
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	1,1	19,6	100
Итого				12,1	17,4	72,1	498
II Завтрак							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008	442	СОК	180				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	1,1	19,6	100
Итого				7	4,1	19,8	150
Обед							
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	0,5	2,6	1,4	33
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	7,9	6,9	17,6	163
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	80	11,2	18,7	8,7	261
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	170	3,2	4,8	25,1	160
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,5	3,5	2,9	47
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		22,3	90
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	1,1	19,6	100
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	54	3,6	0,7	23,9	103
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				30,5	38,7	131,3	1004
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				3,2	3,9	41,6	214
Всего				52,8	64,1	264,8	1866

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

Согласовано

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

МЕНЮ

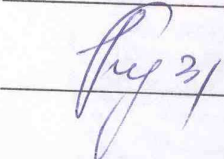
18 марта 2022 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ 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	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,1	6	31,9	211
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,7	2,5	23,4	131
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	76	5,7	2,2	39,2	200
Итого				15,6	19	94,6	617
II Завтрак							
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008	442	СОК	180				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	1,1	19,6	100
Итого				7	4,1	19,8	150
Обед							
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	80	0,6	3,6	2	44
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	9,6	6,4	17,6	175
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	80	10,8	18,4	8,5	257
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	190	3,6	5,3	28,1	180
2020	83	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,4	3,5	2,9	46
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		22,3	90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	57	4,3	1,7	29,4	150
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	87	5,7	1	38,3	165
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого				35,7	40,3	158,9	1154
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
Итого				3,2	3,9	43,9	223
Всего				61,5	67,3	317,2	2144

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

