

Согласовано

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

# МЕНЮ

17 мая 2023 г.

12-18 лет



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                           |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |
| 2006                          | 1                   | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                          | 10    | 0,1               | 8,3     | 0,1              | 75                                       |
| 2017                          | 58                  | ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ               | 200   | 6,1               | 3,2     | 24,6             | 152                                      |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                | 180   | 3,1               | 1,7     | 20,1             | 109                                      |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                            | 60    | 4,5               | 1,7     | 30,8             | 157                                      |
| Итого                         |                     |                                           |       | 13,8              | 14,9    | 75,6             | 493                                      |
| II Завтрак                    |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                   | 25    | 1,9               | 2,5     | 18,6             | 104                                      |
| 2008                          | 442                 | СОК                                       | 200   |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | ЯБЛОКО                                    | 110   | 0,4               | 0,4     | 10,8             | 52                                       |
| Итого                         |                     |                                           |       | 2,3               | 2,9     | 29,4             | 156                                      |
| Обед                          |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 75                  | СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ        | 240   | 4,9               | 6,2     | 14,9             | 147                                      |
| 2017                          | ТТК                 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ              | 100   | 13,7              | 9       | 10,9             | 181                                      |
| 2006                          | 472                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                         | 180   | 3,5               | 4,9     | 23,1             | 157                                      |
| 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                                       |
| Итого                         |                     |                                           |       | 27,3              | 21,6    | 105,6            | 736                                      |
| Полдник                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |
| 2017                          | 201                 | МАННИК                                    | 100   | 5,7               | 9,1     | 26,8             | 221                                      |
| 2006                          | 627                 | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 180   | 0,2               |         | 12,7             | 51                                       |
| Итого                         |                     |                                           |       | 5,9               | 9,1     | 39,5             | 272                                      |
| Ужин 1                        |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 10                  | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ          | 110   | 1,6               | 10,1    | 8,4              | 132                                      |
| 2017                          | 455 ТТК             | КОТЛЕТА "МОЗАИКА"                         | 100   | 13,9              | 22,8    | 11,4             | 321                                      |
| 2006                          | 465                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                | 180   | 8,9               | 6,4     | 39               | 251                                      |
| 2020                          | 83                  | СОУС ТОМАТНЫЙ                             | 50    | 0,5               | 1,4     | 3,2              | 30                                       |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 180   | 0,2               |         | 11,8             | 47                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                            | 60    | 4,5               | 1,7     | 30,8             | 157                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                               | 70    | 4,6               | 0,8     | 30,8             | 133                                      |
| Итого                         |                     |                                           |       | 34,2              | 43,2    | 135,4            | 1071                                     |
| Ужин 2                        |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ                     | 200   | 5,4               | 5       | 21,6             | 158                                      |
| Итого                         |                     |                                           |       | 5,4               | 5       | 21,6             | 158                                      |
| Всего                         |                     |                                           |       | 88,9              | 96,7    | 407,1            | 2886                                     |

Рубкевич Е.А.

Рубкевич Е.А.



Согласовано



# МЕНЮ

17 мая 2023 г.

7-11 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                     |                                           |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |
| 2006                          | 1                   | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                          | 10    | 0,1               | 8,3     | 0,1              | 75                                       |
| 2017                          | 58                  | ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ               | 180   | 5,5               | 2,8     | 22,2             | 137                                      |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ                | 180   | 3,1               | 1,7     | 20,1             | 109                                      |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                            | 30    | 2,3               | 0,9     | 15,4             | 79                                       |
| Итого                         |                     |                                           |       | 11                | 13,7    | 57,8             | 400                                      |
| II Завтрак                    |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | ПЕЧЕНЬЕ                                   | 15    | 1,1               | 1,5     | 11,2             | 63                                       |
| 2008                          | 442                 | СОК                                       | 200   |                   |         |                  |                                          |
|                               |                     | ФРУКТ                                     | 110   | 0,4               | 0,4     | 10,7             | 52                                       |
| Итого                         |                     |                                           |       | 1,5               | 1,9     | 21,9             | 115                                      |
| Обед                          |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 75                  | СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ        | 200   | 3,7               | 4,9     | 12,2             | 119                                      |
| 2017                          | ТТК                 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ              | 90    | 12,3              | 9,7     | 9,8              | 176                                      |
| 2006                          | 472                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                         | 150   | 3                 | 4,1     | 19,3             | 130                                      |
| 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                                       |
| Итого                         |                     |                                           |       | 24,2              | 20,1    | 96,6             | 670                                      |
| Полдник                       |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |
| 2017                          | 201                 | МАННИК                                    | 100   | 5,7               | 8,4     | 26,8             | 214                                      |
| 2006                          | 627                 | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 180   | 0,2               |         | 12,7             | 51                                       |
| Итого                         |                     |                                           |       | 5,9               | 8,4     | 39,5             | 265                                      |
| Ужин 1                        |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 10                  | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ          | 80    | 1,2               | 7,2     | 6,1              | 95                                       |
| 2017                          | 455 ТТК             | КОТЛЕТА "МОЗАИКА"                         | 90    | 12,3              | 21      | 10,1             | 293                                      |
| 2006                          | 465                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                | 150   | 7,5               | 5,2     | 32,4             | 208                                      |
| 2020                          | 83                  | СОУС ТОМАТНЫЙ                             | 50    | 0,5               | 1,4     | 3,4              | 32                                       |
| 2006                          | 627                 | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 180   | 0,2               |         | 11,8             | 47                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                            | 30    | 2,3               | 0,9     | 15,4             | 79                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                               | 40    | 2,6               | 0,5     | 17,6             | 76                                       |
| Итого                         |                     |                                           |       | 26,6              | 36,2    | 96,8             | 830                                      |
| Ужин 2                        |                     |                                           |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ                     | 200   | 5,4               | 5       | 21,6             | 158                                      |
| Итого                         |                     |                                           |       | 5,4               | 5       | 21,6             | 158                                      |
| Всего                         |                     |                                           |       | 74,6              | 85,3    | 334,2            | 2438                                     |

Вет Овощика сс

Е.А. Рубкевич сс

