Согласовано

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

МЕНЮ

4 мая 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
2020	40	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	180	26,6	13,7	39,7	410
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,2	21,1	118
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				**32,3**	**25,1**	**76,3**	**682**
II Завтрак							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	50	7,2	6,9	17,1	161
2008	442	СОК	200				
Итого				**7,2**	**6,9**	**17,1**	**161**
Обед							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,3		0,7	4
2006	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,1	5	15,6	135
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	4,6	36,2	205
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
2022	201	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	70/30	9,3	14,2	13,1	223
2006		ФРУКТ	140	2,1	0,7	29,4	134
Итого				**24,6**	**25,9**	**150,3**	**946**
Полдник							
2008	449	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	80	5	5,6	40,8	237
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	102
Итого				**10,6**	**9,6**	**50,9**	**339**
Ужин 1							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	1	4,2	3,5	54
2020	59	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	15,3	14,4	7,2	240
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	3,4	3,5	20,1	131
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				**24,8**	**23,5**	**75,6**	**627**
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				**5,4**	**5**	**21,6**	**158**
Всего				**104,9**	**96**	**391,8**	**2913**

Вет Обокина С.С. Куз Кузнецова Л.Н.

Согласовано

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

МЕНЮ

4 мая 2023 г.

12-18 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
2020	40	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	200	29,2	14,8	43,9	449
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,2	17	102
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
Итого				**37,1**	**27**	**91,8**	**783**
II Завтрак							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	55	8,1	8,3	15,4	170
2008	442	СОК	200				
Итого				**8,1**	**8,3**	**15,4**	**170**
Обед							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,3		0,7	4
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,2	6,3	19,2	168
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,3	5,6	43,5	247
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
2022	332	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	100/30	12,5	10,4	17,9	224
2006		ФРУКТ	140	2,1	0,7	29,4	134
Итого				**29,6**	**24,5**	**167,4**	**1028**
Полдник							
2020	88	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	80	5,6	2,7	43,8	220
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	102
Итого				**11,2**	**6,7**	**53,9**	**322**
Ужин 1							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	1	4,2	3,5	54
2020	59	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	17	16	7,9	266
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,8	4,6	22,3	152
2006	627	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				**31,1**	**27,3**	**107,1**	**809**
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				**5,4**	**5**	**21,6**	**158**
Всего				**122,5**	**98,8**	**457,2**	**3270**