

Согласовано

директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 1"

/Рубкевич Е.А./

## МЕНЮ

16 ноября 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                                       |
| 2020                          | 40                  | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА                             | 180   | 26,3              | 13,5    | 39,7             | 407                                      |
| 2008                          | 432                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                    | 180   | 3,1               | 1,7     | 20,1             | 109                                      |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 30    | 2,3               | 0,9     | 15,4             | 79                                       |
| Итого                         |                     |                                               |       | 31,8              | 24,4    | 75,3             | 670                                      |
| II Завтрак                    |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |
| 2006                          | 23                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                | 20    | 4,7               | 6       |                  | 74                                       |
| 2006                          | 627                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 180   | 0,2               |         | 11,8             | 47                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 30    | 2,3               | 0,9     | 15,4             | 79                                       |
|                               |                     | ФРУКТ                                         | 110   | 1,6               | 0,5     | 23               | 105                                      |
| Итого                         |                     |                                               |       | 8,8               | 7,4     | 50,2             | 305                                      |
| Обед                          |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |
| 2006                          | 114,135             | СУП КУРИННЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ | 200   | 4,1               | 4,5     | 10,4             | 110                                      |
| 2022                          | 201                 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ                     | 70/30 | 9,3               | 14,3    | 12,6             | 222                                      |
| 2006                          | 66                  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                   | 150   | 5,3               | 3,9     | 32,8             | 191                                      |
| 2006                          | 585                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                       | 180   | 0,2               | 0,2     | 23,2             | 95                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 30    | 2,3               | 0,9     | 15,4             | 79                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 40    | 2,6               | 0,5     | 17,6             | 76                                       |
| Итого                         |                     |                                               |       | 23,8              | 24,3    | 112              | 773                                      |
| Полдник                       |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |
| 2020                          | 89                  | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                            | 80    | 6,8               | 3,8     | 42,6             | 233                                      |
| 2006                          | 642                 | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 200   | 4,3               | 3       | 24,7             | 144                                      |
| Итого                         |                     |                                               |       | 11,1              | 6,8     | 67,3             | 377                                      |
| Ужин 1                        |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 10                  | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ              | 80    | 1,2               | 7,4     | 6,1              | 97                                       |
| 2020                          | 50                  | ЕЖИКИ МЯСНЫЕ                                  | 90    | 11,3              | 9,2     | 9                | 179                                      |
| 2020                          | 70                  | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                               | 170   | 3,8               | 3,7     | 15,9             | 120                                      |
| 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                         |                     |                                               |       | 21,4              | 21,7    | 75,8             | 598                                      |
| Ужин 2                        |                     |                                               |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ                         | 200   | 5,4               | 5       | 21,6             | 158                                      |
| Итого                         |                     |                                               |       | 5,4               | 5       | 21,6             | 158                                      |
| Всего                         |                     |                                               |       | 102,3             | 89,6    | 402,2            | 2881                                     |

От Овощники СС

Рубкевич Е.А.

Согласовано

# МЕНЮ

16 ноября 2023 г.

12-18 лет



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

| 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                       |                     |                                               |        |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                              | 10     | 0,1               | 8,3     | 0,1              | 75                                       |
| 2020                          | 40                  | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА                             | 200    | 29,2              | 14,8    | 43,9             | 450                                      |
| 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                         |                     |                                               |        | 36,9              | 26,5    | 94,9             | 791                                      |
| II Завтрак                    |                     |                                               |        |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 14                  | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                | 25     | 5,9               | 7,5     |                  | 92                                       |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 180    | 0,2               |         | 11,8             | 47                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 30     | 2,3               | 0,9     | 15,4             | 79                                       |
|                               |                     | ФРУКТ                                         | 140    | 2,1               | 0,7     | 29,4             | 134                                      |
| Итого                         |                     |                                               |        | 10,5              | 9,1     | 56,6             | 352                                      |
| Обед                          |                     |                                               |        |                   |         |                  |                                          |
| 2006                          | 114,135             | СУП КУРИННЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ | 250    | 5,6               | 5,9     | 12,8             | 140                                      |
| 2022                          | 332                 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ                     | 100/30 | 12,5              | 10,4    | 17,9             | 224                                      |
| 2006                          | 66                  | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                   | 180    | 6,4               | 4,7     | 39,3             | 229                                      |
| 2008                          | 394                 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                       | 180    | 0,2               | 0,2     | 23,1             | 94                                       |
|                               |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 30     | 2,3               | 0,9     | 15,4             | 79                                       |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 40     | 2,6               | 0,5     | 17,6             | 76                                       |
| Итого                         |                     |                                               |        | 29,6              | 22,6    | 126,1            | 842                                      |
| Полдник                       |                     |                                               |        |                   |         |                  |                                          |
| 2020                          | 89                  | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                            | 80     | 6,7               | 3,6     | 42,9             | 232                                      |
| 2006                          | 642                 | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 200    | 4,4               | 3,1     | 24,8             | 145                                      |
| Итого                         |                     |                                               |        | 11,1              | 6,7     | 67,7             | 377                                      |
| Ужин 1                        |                     |                                               |        |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 10                  | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ              | 110    | 1,7               | 10,1    | 8,4              | 133                                      |
| 2020                          | 50                  | ЕЖИКИ МЯСНЫЕ                                  | 100    | 12,4              | 10      | 10               | 195                                      |
| 2020                          | 70                  | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                               | 180    | 4,2               | 4,6     | 16,8             | 135                                      |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 180    | 0,2               |         | 12,7             | 51                                       |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                | 60     | 4,5               | 1,7     | 30,8             | 157                                      |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 70     | 4,6               | 0,8     | 30,8             | 133                                      |
| Итого                         |                     |                                               |        | 27,6              | 27,2    | 109,5            | 804                                      |
| Ужин 2                        |                     |                                               |        |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          |                     | НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ                         | 200    | 5,4               | 5       | 21,6             | 158                                      |
| Итого                         |                     |                                               |        | 5,4               | 5       | 21,6             | 158                                      |
| Всего                         |                     |                                               |        | 121,1             | 97,1    | 476,4            | 3324                                     |

Ветр Оскина СС

Бунтеева СС