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

МЕНЮ 9 ноября 2023 г.

12-18 лет

Сбор- ник рецеп- Тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ценность, ккал
		Завтра	К				
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,2	3,7	33,8	196
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,3	17	102
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
Итого				15,1	16	81,7	530
		11 Завтр	ак				
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	55	8,1	8,3	15,4	170
2008	442	СОК	200	·		·	
		ФРУКТ	140	1,6	0,6	22,2	100
Итого				9,7	8,9	37,6	270
		Обед					
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,2	6,3	19,2	168
2006	422	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/40	9,9	12,2	20,6	239
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,3	5,6	43,5	247
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				24,5	25,7	139,4	903
		Полдн	ик				
2020	88	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	80	5,4	2,5	43,1	216
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	102
Итого				11	6,5	53,2	318
		Ужин	1				
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	1	4,2	3,5	54
2020	59	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	17		7,9	266
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,4	5	26,6	170
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				30,7	27,7	111,4	827
		Ужин	2				
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21 ,6	158
Итого			-	5,4	5	21,6	158
Всего				96,4	89,8	444,9	3u06

Demi

the tymnelacs

директор

Директор

Директор

ТОУ ЯО" РЫбинская цикола-интернат № 1"

Рубкевич Е.А./

МЕНЮ 9 ноября 2023 ^г

7-11 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	угле- воды, г	ценность, ккал
		Завтра	К				
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,4	3,3	30,3	177
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	2,2	21	117
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого		1		12	14,7	66,8	448
		11 Завтр	ак				
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	50	7,2	6,9	17,1	161
2008	442	СОК	200	,	.,.	,	-
		ФРУКТ	140	1,7	0,6	22,3	101
Итого	l	1		8,9	7,5	39,4	262
		Обед	·				
2006	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,1	5	15,6	135
2006	422	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/30	9,4	11,5	16,7	217
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	4,6	36,2	205
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,1	94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
Итого				22,2	22,7	124,6	806
		Полдни	К				
2008	449	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	80	5,2	5,9	40,7	241
2006	644	молоко кипяченое	200	5,6	4	10,1	102
2008		ЯБЛОКО	120	0,5	0,5	11,8	57
Итого			1	11,3	10,4	62,6	400
		Ужин 1					
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	1	4,2	3,5	54
2020	59	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	15,3		7,2	240
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	4,1	22,1	142
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				24,3	24,1	77,6	638
		Ужин 2	2				
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				5,4	5	21,6	158
Всего				84,1	84,4	392,6	2712