

Согласовано

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

# МЕНЮ

10 ноября 2021 г.

7-11 лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2006	4 Стр149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	7,9	6,5	33	227
2006	762	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,1	1,7	24,3	126
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	77	5,8	2,2	39,6	202
<b>Итого</b>				<b>16,9</b>	<b>18,7</b>	<b>97</b>	<b>630</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	46	3,5	4,5	34,2	192
2008	442	СОК	200				
<b>Итого</b>				<b>3,5</b>	<b>4,5</b>	<b>34,2</b>	<b>192</b>
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	48	0,4		0,7	6
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ	250	6,3	7,8	14,7	154
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	80	11,2	19,8	9,3	268
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,6	7	24,1	171
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18,5	75
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	19,8	101
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,6	22,6	98
<b>Итого</b>				<b>28,1</b>	<b>36,3</b>	<b>109,7</b>	<b>873</b>
<b>Полдник</b>							
2020	88	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	100	6,7	3,8	54,7	276
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
<b>Итого</b>				<b>6,9</b>	<b>3,8</b>	<b>67,4</b>	<b>327</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	110	1,7	11,1	8,4	141
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	230	21,8	19,8	22,7	374
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	19,8	101
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	51	3,4	0,6	22,6	98
<b>Итого</b>				<b>30</b>	<b>32,6</b>	<b>86,2</b>	<b>765</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	205	4,1	3,1	6,1	98
<b>Итого</b>				<b>4,1</b>	<b>3,1</b>	<b>6,1</b>	<b>98</b>
<b>Всего</b>				<b>89,5</b>	<b>99</b>	<b>400,6</b>	<b>2885</b>

Осокина С.С

Согласовано

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

## МЕНЮ

10 ноября 2021 г.

12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2006	4 Стр149	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	8,4	6,9	35,8	244
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,5	1,9	27	140
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	96	7,2	2,8	49,5	252
<b>Итого</b>				<b>19,2</b>	<b>19,9</b>	<b>112,4</b>	<b>711</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	46	3,5	4,5	34,2	192
2008	442	СОК	200				
<b>Итого</b>				<b>3,5</b>	<b>4,5</b>	<b>34,2</b>	<b>192</b>
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	48	0,4		0,7	6
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ	300	6,2	8,5	17,4	171
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	230	4,6	9	30,7	218
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	80	11,1	20,1	9,4	268
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		20,4	83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,6	1,4	24,7	126
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	82	5,4	1	36,2	156
<b>Итого</b>				<b>31,6</b>	<b>40</b>	<b>139,5</b>	<b>1028</b>
<b>Полдник</b>							
2020	88	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	100	6,5	3,7	54,6	273
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
<b>Итого</b>				<b>6,7</b>	<b>3,7</b>	<b>68,7</b>	<b>329</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	2,3	15,3	11,5	193
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	230	21,7	19,7	22,2	370
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,6	1,4	24,7	126
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	72	4,7	0,9	31,7	137
<b>Итого</b>				<b>32,5</b>	<b>37,3</b>	<b>104,2</b>	<b>882</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	205	4,1	3,1	6,1	98
<b>Итого</b>				<b>4,1</b>	<b>3,1</b>	<b>6,1</b>	<b>98</b>
<b>Всего</b>				<b>97,6</b>	<b>108,5</b>	<b>465,1</b>	<b>3240</b>

Осокина С.С

Рубкевич Е.А.

