

Согласовано

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

## МЕНЮ

24 ноября 2021 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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	8	6,8	33,2	232
2006	762	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,2	1,7	24,4	127
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	79	5,9	2,3	40,4	206
<b>Итого</b>				<b>17,2</b>	<b>19,1</b>	<b>98,1</b>	<b>640</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26,1	146
2008	442	СОК	189				
2006		БАНАН	190	2,8	0,9	39,8	182
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>4,3</b>	<b>65,9</b>	<b>328</b>
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	27	0,2		0,7	4
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,5	5,5	11,8	127
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	80	11,4	18,7	9,5	265
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,6	5	24,1	162
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		18	74
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20,2	103
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,6	22,9	99
<b>Итого</b>				<b>26,3</b>	<b>30,9</b>	<b>107,2</b>	<b>834</b>
<b>Полдник</b>							
2017	201	МАННИК	110	6,7	6,2	32,2	215
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
<b>Итого</b>				<b>6,9</b>	<b>6,2</b>	<b>44,9</b>	<b>266</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	21,2	16,9	22,3	356
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20,2	103
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,7	0,5	18,3	79
<b>Итого</b>				<b>28,7</b>	<b>29,6</b>	<b>81,9</b>	<b>730</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	208	4,2	3,1	6,2	100
<b>Итого</b>				<b>4,2</b>	<b>3,1</b>	<b>6,2</b>	<b>100</b>
<b>Всего</b>				<b>88,7</b>	<b>93,2</b>	<b>404,2</b>	<b>2898</b>

*Осокина С.С.*

Осокина С.С.

*Зинина Е.А.*

Согласовано

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

# МЕНЮ

24 ноября 2021 г.

12-18 лет



Сборник рецептов	№ 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	8,5	7,2	36	249
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,6	2	27,1	141
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	98	7,4	2,9	50,5	258
<b>Итого</b>				<b>19,6</b>	<b>20,4</b>	<b>113,7</b>	<b>723</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	35	2,6	3,4	26,1	146
2008	442	СОК	189				
2006		БАНАН	190	2,8	0,9	39,7	181
<b>Итого</b>				<b>5,4</b>	<b>4,3</b>	<b>65,8</b>	<b>327</b>
<b>Обед</b>							
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	27	0,2		0,7	4
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250	4,9	6,4	14,7	148
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	80	11,3	18,7	9,3	263
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	230	4,7	6,5	30,6	207
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		20,1	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,7	1,4	25,2	129
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	83	5,5	1	36,6	158
<b>Итого</b>				<b>30,6</b>	<b>34</b>	<b>137,2</b>	<b>991</b>
<b>Полдник</b>							
2017	201	МАННИК	110	6,8	6,3	32,2	215
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
<b>Итого</b>				<b>7</b>	<b>6,3</b>	<b>46,3</b>	<b>271</b>
<b>Ужин 1</b>							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	150	2,2	15,2	11,6	193
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	230	21,2	16,9	22,2	354
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,7	1,4	25,2	129
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	52	3,4	0,6	22,9	99
<b>Итого</b>				<b>30,7</b>	<b>34,1</b>	<b>96</b>	<b>831</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	208	4,2	3,1	6,2	100
<b>Итого</b>				<b>4,2</b>	<b>3,1</b>	<b>6,2</b>	<b>100</b>
<b>Всего</b>				<b>97,5</b>	<b>102,2</b>	<b>465,2</b>	<b>3243</b>

Осокина С.С

Рубкевич Е.А.

