

Согласовано

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 1"

директор

/Рубкевич Е.А./

# МЕНЮ

25 ноября 2021 г.

7-11 лет

Сборник рецептов	№ 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
2020	40	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	170	24	17,6	37,2	433
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,4	2,3	21,2	119
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	77	5,8	2,2	39,8	203
<b>Итого</b>				<b>33,3</b>	<b>30,4</b>	<b>98,3</b>	<b>830</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	20/40	7	6,9	15,5	153
2008	442	СОК	194				
<b>Итого</b>				<b>7</b>	<b>6,9</b>	<b>15,5</b>	<b>153</b>
<b>Обед</b>							
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	80	3,8	11	5,4	140
2006	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	6,1	7,2	15,7	171
2020	50	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	150/100	19,3	14,6	17,9	305
	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,2	94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	19,9	101
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,6	20,5	89
<b>Итого</b>				<b>35,4</b>	<b>34,7</b>	<b>102,6</b>	<b>900</b>
<b>Полдник</b>							
2020	88	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	100	5,6	5,7	46	262
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
		ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75
<b>Итого</b>				<b>6,4</b>	<b>6,3</b>	<b>74,4</b>	<b>388</b>
<b>Ужин 1</b>							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	57	1	4,8	4	61
2008	3	КОЛБАСА ВАРЕНАЯ	92	12,1	20,2		229
2008	65	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,9	3,8	22,2	139
2008	410	НАПИТОК ИЗ ЯГОД	200			5,2	20
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	19,9	101
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,6	20,5	89
<b>Итого</b>				<b>22</b>	<b>30,5</b>	<b>71,8</b>	<b>639</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	221	4,4	3,3	6,6	106
<b>Итого</b>				<b>4,4</b>	<b>3,3</b>	<b>6,6</b>	<b>106</b>
<b>Всего</b>				<b>108,5</b>	<b>112,1</b>	<b>369,2</b>	<b>3016</b>

Осокина С.С.

Осокина С.С.

Рубкевич Е.А.

Согласовано



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

**МЕНЮ**  
25 ноября 2021 г.  
12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2020	40	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	29,9	21,3	44,1	522
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,6	2,5	18,9	113
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	97	7,3	2,8	49,8	254
<b>Итого</b>				<b>40,9</b>	<b>34,9</b>	<b>112,9</b>	<b>964</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	20/39	7,6	7,1	19,9	175
2008	442	СОК	194				
<b>Итого</b>				<b>7,6</b>	<b>7,1</b>	<b>19,9</b>	<b>175</b>
<b>Обед</b>							
		САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	4	13,1	6,5	165
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5,5	7	19,5	182
2020	50	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ	150/100	19,5	14,7	18,1	306
	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	25,7	105
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	48	3,6	1,4	24,9	127
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	75	4,9	0,9	32,8	142
<b>Итого</b>				<b>37,7</b>	<b>37,3</b>	<b>127,5</b>	<b>1027</b>
<b>Полдник</b>							
2020	88	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	100	6,9	3,2	54,1	272
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		14,1	56
		ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75
<b>Итого</b>				<b>7,7</b>	<b>3,8</b>	<b>83,9</b>	<b>403</b>
<b>Ужин 1</b>							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	57	1	4,8	4	61
2008	3	КОЛБАСА ВАРЕНАЯ	92	12,1	20,2		229
2008	65	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	220	4,2	5,6	32,7	205
2008	410	НАПИТОК ИЗ ЯГОД	200			5,2	20
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	19,9	101
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	65	4,3	0,8	28,7	124
<b>Итого</b>				<b>24,5</b>	<b>32,5</b>	<b>90,5</b>	<b>740</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	221	4,4	3,3	6,6	106
<b>Итого</b>				<b>4,4</b>	<b>3,3</b>	<b>6,6</b>	<b>106</b>
<b>Всего</b>				<b>122,8</b>	<b>118,9</b>	<b>441,3</b>	<b>3415</b>

*Осокина С.С.* Осокина С.С.

*Бушугева С.Э.* Бушугева С.Э.

