

Согласовано

директор

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

МЕНЮ

23 ноября 2022 г.

7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	180	5,5	2,8	21,9	136
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,2	1,7	19,5	107
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,1	0,8	14,7	75
Итого				10,9	13,6	56,2	393
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,1	1,5	11,2	63
2008	442	СОК	188				
		ФРУКТ	120	0,5	0,5	11,7	56
Итого				1,6	2	22,9	119
Обед							
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	200	3,7	5,1	12,5	122
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	90	12,4	9,8	9,8	177
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,1	19,5	132
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		21,5	87
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,1	0,8	14,7	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,5	16,7	72
Итого				24,1	20,3	94,7	665
Полдник							
2017	201	МАННИК	100	6,7	8,7	31,6	240
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12	48
Итого				6,9	8,7	43,6	288
Ужин 1							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	80	1,2	7,2	6,1	95
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	90	12,4	21,2	9,8	293
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,2	32,4	208
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,1	45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,1	0,8	14,7	75
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,5	16,7	72
Итого				25,9	34,9	90,8	788
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	195	5,3	4,9	21,3	156
Итого				5,3	4,9	21,3	156
Всего				74,7	84,4	329,5	2409

Осокина С.С.

Классификация 7/В

Согласовано



директор

И.О. Рыбинская школа-интернат № 1

/Рубкевич Е.А./

МЕНЮ

23 ноября 2022 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2006	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2017	58	ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ В МОЛОКЕ	200	6,1	3,2	24,4	152
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,2	1,7	19,5	107
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	57	4,3	1,7	29,4	150
Итого				13,7	14,9	73,4	484
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,6	104
2008	442	СОК	188				
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
Итого				2,4	3	31,3	165
Обед							
2008	75	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250	4,9	6,4	15	150
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	100	13,6	8,9	10,9	180
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,6	5	23,4	159
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		21,4	87
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,1	0,8	14,7	75
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	38	2,5	0,5	16,7	72
Итого				27	21,6	102,1	723
Полдник							
2017	201	МАННИК	100	6,6	8,6	31,5	238
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12	48
Итого				6,8	8,6	43,5	286
Ужин 1							
2008	10	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	110	1,8	10,1	8,5	133
2017	455 ТТК	КОТЛЕТА "МОЗАИКА"	100	13,9	22,8	11,1	319
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,4	39	251
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,1	45
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	57	4,3	1,7	29,4	150
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	66	4,4	0,8	29,2	126
Итого				33,5	41,8	128,3	1024
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,3	4,9	21,3	156
Итого				5,3	4,9	21,3	156
Всего				88,7	94,8	399,9	2838

Осокина С.С.

