

Согласовано

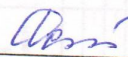


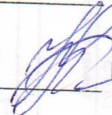
МЕНЮ

1 октября 2021 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
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	7,2	7,2	26,8	206
1994	630., ТТ К	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180/15	1,5	0,9	15,8	78
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	78	5,8	2,3	40	204
Итого				14,6	18,7	82,7	563
II Завтрак							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008	442	СОК	194				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20	102
Итого				7	4,1	20,2	152
Обед							
2006	11	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,4	9,6	9,6	128
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	5,3	5,3	12,1	130
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90/5	12,7	12,5	7,4	196
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	190	3,7	5,1	24,5	165
	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	18,8	77
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20	102
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,6	20,5	88
		ЯБЛОКО	225	0,7	0,7	16,7	79
Итого				30	35,1	129,6	965
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2		12,7	51
Итого				3,2	3,9	42,5	218
Всего				54,8	61,8	275	1898

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.

Согласовано

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

МЕНЮ
 1 октября 2021 г.
 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,9	8	29,9	229
		ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	200	1,7	1,1	16,7	83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	97	7,3	2,8	50	255
Итого				17	20,2	96,7	642
II Завтрак							
2008	442	СОК	194				
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,6	1,4	25	127
Итого				7,7	4,4	25,2	177
Обед							
2006	11	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	130	1,9	12,4	12,6	166
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	6,3	6,5	14,8	157
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	110/6	16	15,5	9,1	244
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	230	4,6	6,3	29,8	201
	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	20,9	86
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,6	1,4	25	127
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	74	4,9	0,9	32,7	141
		ЯБЛОКО	220	0,7	0,7	17,9	86
Итого				38,2	43,9	162,8	1208
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
Итого				3,2	3,9	43,9	223
Всего				66,1	72,4	328,6	2250

Осокина С.С.

Буличева С.Е.