

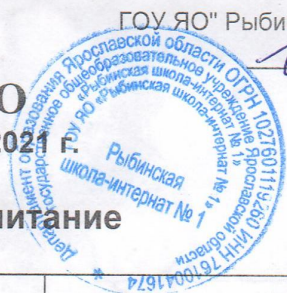
Утверждаю

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

**МЕНЮ**

15 октября 2021 г.

**2-х разовое питание**



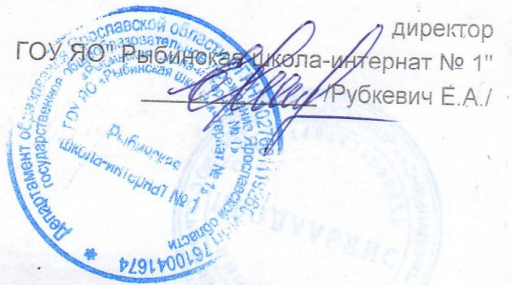
Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>II Завтрак</b>						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	206	13,90	9,6	10,3	36,8	272
СОК	205	6,54	0,8		23,7	102
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,83	4,3	3,9	0,2	50
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,14	3,1	1,2	21,5	110
Итого		28,41	17,8	15,4	82,2	534
<b>Обед</b>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	300	27,01	11,3	11,5	18,5	219
БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	104	55,06	20,9	27,6		316
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	187	30,82	10,8	19,4	46,8	400
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	6,73	0,2	0,2	29	118
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	2,14	3,1	1,2	21,5	110
ХЛЕБ РЖАНОЙ	58	2,33	3,8	0,5	24,6	119
ЯБЛОКО	174	20,56	0,7	0,7	17	82
Итого		144,64	50,8	61,1	157,4	1364
Всего		173,05	68,6	76,5	239,6	1898

Медицинская сестра Осокина С.С.

Зав. производством (шеф-повар) Буличева С.Е.

СВИДЕТЕЛЬСТВО

Согласовано

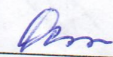


# МЕНЮ

15 октября 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
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,8	7,8	29,6	226
		ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	200	1,6	1	16,6	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	94	7	2,7	48,1	245
<b>Итого</b>				<b>16,5</b>	<b>19,8</b>	<b>94,4</b>	<b>628</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008	442	СОК	200				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,5	1,4	24,1	123
<b>Итого</b>				<b>7,6</b>	<b>4,4</b>	<b>24,3</b>	<b>173</b>
<b>Обед</b>							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	6,7	6,9	15,3	168
2020	52	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	90	19	18,4	0,1	272
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	230	5,4	6	20,4	168
	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	21,9	90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,5	1,4	24,1	123
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	75	4,9	0,9	32,9	142
		ЯБЛОКО	182	0,7	0,7	17,9	86
<b>Итого</b>				<b>40,4</b>	<b>34,5</b>	<b>132,6</b>	<b>1049</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	47	3,5	4,6	35	196
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		14,1	56
<b>Итого</b>				<b>3,7</b>	<b>4,6</b>	<b>49,1</b>	<b>252</b>
<b>Ужин 1</b>							
2006	11	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1,6	6,8	10,7	108
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	110/6	16	12,5	8,6	217
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	240	5,2	6,7	30,7	210
2008		ЙОГУРТ	151	3	2,3	4,5	73
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,5	1,4	24,1	123
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	65	4,3	0,8	28,8	124
<b>Итого</b>				<b>33,6</b>	<b>30,5</b>	<b>107,4</b>	<b>855</b>
<b>Всего</b>				<b>101,8</b>	<b>93,8</b>	<b>407,8</b>	<b>2957</b>

 Осокина С.С.

 Буличева С.Е.