

Согласовано

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



## МЕНЮ

22 октября 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	33	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190/5	7,3	6,7	31,9	223
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	190	3,6	2,4	21,6	123
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	5,6	2,2	38,4	196
<b>Итого</b>				<b>16,6</b>	<b>19,6</b>	<b>92</b>	<b>617</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ГРЕНКИ С САХАРОМ	50	3,5	1,4	30,4	147
2008	442	СОК	200				
<b>Итого</b>				<b>3,5</b>	<b>1,4</b>	<b>30,4</b>	<b>147</b>
<b>Обед</b>							
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	80	0,7	4,1	2,1	49
2020	29	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	4,4	4,7	11,6	119
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	70	9	7	7,5	129
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,7	5,1	24,1	162
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,3		17,8	73
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	1,1	19,2	98
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,6	20,7	89
2008		ЯБЛОКО	187	0,7	0,7	18,4	88
<b>Итого</b>				<b>24,7</b>	<b>23,3</b>	<b>121,4</b>	<b>807</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	47	3,5	4,6	35	196
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2		12,7	51
<b>Итого</b>				<b>3,7</b>	<b>4,6</b>	<b>47,7</b>	<b>247</b>
<b>Ужин 1</b>							
2006	422	ТЕФТЕЛИ	100/50	14,1	18,4	17,4	308
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,3	32,4	209
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	151	4,1	3,8	16,3	119
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	1,1	19,2	98
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,1	0,6	20,7	89
<b>Итого</b>				<b>31,6</b>	<b>29,2</b>	<b>106</b>	<b>823</b>
<b>Всего</b>				<b>80,1</b>	<b>78,1</b>	<b>397,5</b>	<b>2641</b>

*Осокина С.С.*

Осокина С.С.

*Буличева С.Е.*

Буличева С.Е.

Согласовано

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

# МЕНЮ

22 октября 2021 г.

12-18 лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая 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	33	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,7	7,1	34,7	239
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	210	4	2,7	24	137
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	93	7	2,7	48	244
<b>Итого</b>				<b>18,8</b>	<b>20,8</b>	<b>106,8</b>	<b>695</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ГРЕНКИ С САХАРОМ	50	3,5	1,4	30,4	147
2008	442	СОК	200				
<b>Итого</b>				<b>3,5</b>	<b>1,4</b>	<b>30,4</b>	<b>147</b>
<b>Обед</b>							
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,8	5,1	2,6	62
2020	29	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	250	5,4	6	13,6	145
2017	ТТК	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ПО- ДОМАШНЕМУ	100	12,8	10	10,8	185
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	220	4,5	6,2	29,5	198
		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,3		19,8	81
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,5	1,4	24	122
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	75	5	0,9	33,1	143
		ЯБЛОКО	166	0,7	0,7	16,3	78
<b>Итого</b>				<b>33</b>	<b>30,3</b>	<b>149,7</b>	<b>1014</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	47	3,5	4,6	35	196
2006	627	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	422	ТЕФТЕЛИ	90/50	14,2	18,4	17,5	309
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,4	39	251
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	151	4,1	3,8	16,3	119
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47	3,5	1,4	24	122
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	66	4,3	0,8	29	125
<b>Итого</b>				<b>35</b>	<b>30,8</b>	<b>125,8</b>	<b>926</b>
<b>Всего</b>				<b>94</b>	<b>87,9</b>	<b>461,8</b>	<b>3034</b>

Осокина С.С.

Буличева С.Е.