

Согласовано

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

МЕНЮ

29 октября 2021 г.

7-11 лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, 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	6,5	6,7	25,7	195
1994	630., ТТ К	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180/15	2,4	1,6	17,4	94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	5,6	2,2	38,4	196
Итого				14,6	18,8	81,6	560
II Завтрак							
2006	324	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008	442	СОК	176				
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	1,1	19,2	98
Итого				6,9	4,1	19,4	148
Обед							
2006	131	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	6,1	4,7	14,5	131
2008	272	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	90	15,8	14,2	12,9	255
2020	70	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	170	3,8	4,4	15,8	127
	71	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,2	95
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	1,1	19,2	98
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,8	0,5	18,4	80
		ЯБЛОКО	225	0,7	0,7	16,7	79
Итого				32,2	25,8	120,7	865
Полдник							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	46	3,5	4,5	34,2	192
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	0,2		12,7	51
Итого				3,7	4,5	46,9	243
Всего				57,4	53,2	268,6	1816

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

Согласовано

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



МЕНЮ
на 29 октября 2021 г.

7-11 лет		12-18 лет	
Завтрак		Завтрак	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5
ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180/15	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	75	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	93
II Завтрак		II Завтрак	
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	СОК	176
СОК	176	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47
Обед		Обед	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ СО СМЕТАНОЙ	200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250
БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ	90	БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ	90
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	170	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	230
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	47
ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	ХЛЕБ РЖАНОЙ	67
ЯБЛОКО	225	ЯБЛОКО	166
Полдник		Полдник	
ПЕЧЕНЬЕ	46	ПЕЧЕНЬЕ	46
ЧАЙ С САХАРОМ	180/15	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15

Осокина С.С.

Осокина С.С.

Буличева С.Е.

Буличева С.Е.