

Согласовано



директор

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 1"

/Рубцов Н.А.

МЕНЮ

21 сентября 2023 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	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,4	3,3	30,3	177
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,3	21,1	118
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				12,1	14,8	66,9	245
II Завтрак							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	50	7,2	6,9	17,1	161
2008	442	СОК	200				
Итого				7,2	6,9	17,1	161
Обед							
2006	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4	5	15,1	133
2006	422	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	70/30	10,7	13,2	18,8	246
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	4,6	36,2	205
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		22,3	90
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
Итого				23,9	24,6	136,2	681
Полдник							
2008	449	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	80	5,1	5,8	40,8	239
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	102
Итого				10,7	9,8	50,9	341
Ужин 1							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	1	4,2	3,5	54
2020	59	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	15,3	14,4	7,2	240
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	3,3	3,5	19,7	130
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
Итого				24,7	23,5	75,2	626
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	58
Итого				5,4	5	21,6	58
Всего				84	84,6	367,9	2616

Осокина С.С.

Осокина С.С.

Кукушова Е.А.

Согласовано

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

МЕНЮ

21 сентября 2023 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	78
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,4	3,3	30,3	177
2006	642	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,3	21,1	118
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				12,1	14,8	66,9	449
II Завтрак							
2008	11	БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	50	7,2	6,9	17,1	161
2008	442	СОК	200				
Итого				7,2	6,9	17,1	161
Обед							
2006	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4	5	15,1	133
2006	422	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	70/30	10,7	13,2	18,8	246
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,6	4,6	36,2	205
2006	558	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	180	0,3		22,3	90
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
		ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,8	52
Итого				23,9	24,6	136,2	881
Полдник							
2008	449	ПИРОГ С ЯБЛОКАМИ	80	5,1	5,8	40,8	239
2006	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4	10,1	102
Итого				10,7	9,8	50,9	341
Ужин 1							
		ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	1	4,2	3,5	54
2020	59	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	15,3	14,4	7,2	240
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	160	3,3	3,5	19,7	130
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,5	17,6	76
Итого				24,7	23,5	75,2	626
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				5,4	5	21,6	158
Всего				84	84,6	367,9	2616

Осокина С.С.