

Согласовано

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

МЕНЮ

27 сентября 2022 г.

12-18 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	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	200	29,9	15,1	42,1	448
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	200/15	2,7	1,7	17,6	98
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	78	5,9	2,3	40,1	205
Итого				38,6	27,4	99,9	826
II Завтрак							
2020	4	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,1	3	0,2	50
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	49	3,7	1,4	25,1	128
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,1	53
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,7	61
Итого				8,5	4,9	51,1	292
Обед							
2006	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5	6,4	15,6	153
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ И ПТИЦЫ	100	16,5	15,2	15,2	276
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	4,2	5,6	24,7	173
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	24,1	99
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	59	4,4	1,7	30,1	154
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	73	4,8	0,9	32,3	139
Итого				35,1	30	142	994
Полдник							
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	100	8	9,8	53,7	346
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2		13,1	53
Итого				8,2	9,8	66,8	399
Ужин 1							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	160	2,3	12,3	13,2	171
2008	15	КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ)	70	9,6	16		182
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	5,8	39,5	241
2008	430	ЧАЙ С КОНФЕТАМИ	200/20	0,7		15,4	64
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	59	4,4	1,7	30,1	154
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	64	4,2	0,8	28,3	122
Итого				27,7	36,6	126,5	934
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	190	5,2	4,8	20,8	152
Итого				5,2	4,8	20,8	152
Всего				123,3	113,5	507,1	3597

*Оформлено
 Рубкевич Е.А.*

Согласовано

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

МЕНЮ

27 сентября 2022 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	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	170	25,6	14	37,2	400
1994	630., ТТ К	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,4	1,6	15,6	87
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	78	5,9	2,3	40,1	205
Итого				34	26,2	93	767
II Завтрак							
2020	4	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,1	3	0,2	50
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11	44
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20,1	102
		ЯБЛОКО	130	0,5	0,5	12,8	61
Итого				7,7	4,6	44,1	257
Обед							
2006	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	4,6	5,5	12,7	130
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ И ПТИЦЫ	80	13,3	12,1	12,2	221
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	3,8	4,9	22,3	156
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	21,8	89
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20,1	102
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,6	20,2	87
Итого				27,8	24,4	109,3	785
Полдник							
2006	113	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	100	8,3	9,5	54	344
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11	44
Итого				8,5	9,5	65	388
Ужин 1							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	110	1,6	8,1	8,9	115
2010	393	КОЛБАСА ВАРЕНАЯ	70	9,6	16		182
2006	469	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	4,9	3,6	30,3	177
2006	627	ЧАЙ С КОНФЕТАМИ	200/15	0,7		15,4	64
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	39	2,9	1,1	20,1	102
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	46	3	0,6	20,2	87
Итого				22,7	29,4	94,9	727
Ужин 2							
2010	645	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	190	5,2	4,8	20,9	153
Итого				5,2	4,8	20,9	153
Всего				105,9	98,9	427,2	3077

Договор
Осуждена с с
Клиническая

