Согласовано
Российская Федерация
Министерство образования Ярославской области
государственное общеобразовательное
учреждение Ярославской области
«Рыбинская школа-интернат № 1»
152 901, Ярославская область, г. Рыбинск,
ул. Инженерная, д. 21,
тел.8(4855)20-03-72 /факс 8(4855)20-02-07
№ _____ от _____
на № _____ от _____

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

МЕНЮ

15 января 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
II Завтрак							
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6	3,2	31,8	180
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,9	7,5		92
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	17	94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				**16,8**	**13,3**	**64,2**	**445**
Обед							
2008	95 стр37	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	4,4	6,1	10,2	128
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	120	13,8	13,6	4,4	208
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,9	6,4	39	251
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,1	94
		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				**32,6**	**28,1**	**120,5**	**888**
Полдник							
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				**0,8**	**0,7**	**27,3**	**118**
Ужин 1							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,8	8,6	9,3	118
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	14,1	12,8	7,8	206
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,6	5	24,2	163
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		12,7	51
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	70	4,6	0,8	30,8	133
Итого				**28,8**	**28,9**	**115,6**	**828**
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				**5,4**	**5**	**21,6**	**158**
Всего				**84,4**	**76**	**349,2**	**2437**

_____ Осокина С.С

_____ Буличева С.Е.

Согласовано

Российская Федерация
Министерство образования Ярославской области
государственное общеобразовательное
учреждение Ярославской области
«Рыбинская школа-интернат № 1»
152 916. Ярославская область, г. Рыбинск
ул. Инженерная, д. 21,
тел.8(4855)20-03-72 /факс 8(4855)20-02-07
№ _____ от _____
на № _____ от _____

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

МЕНЮ

15 января 2024 г.

7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
II Завтрак							
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6	3,2	31,8	180
2006	23	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,5		55
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	180	2,6	1,7	17	94
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	79
Итого				**14,4**	**10,3**	**64,2**	**408**
Обед							
2008	95 стр37	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,4	4,9	8,5	103
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	110	12,7	11,7	4,2	186
2006	465	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	7,5	5,2	32,4	208
2006	585	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,2	0,2	23,3	95
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				**29,1**	**23,8**	**112,2**	**799**
Полдник							
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2006	627	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		11,8	47
Итого				**0,8**	**0,7**	**27,3**	**118**
Ужин 1							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,2	4,2	5,6	64
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	12,8	12,5	7,1	195
2006	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3	4,2	19,3	131
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				**22,1**	**22,3**	**76,8**	**592**
Ужин 2							
2008		НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	200	5,4	5	21,6	158
Итого				**5,4**	**5**	**21,6**	**158**
Всего				**71,8**	**62,1**	**302,1**	**2075**

_____ Осокина С.С

_____ Буличева С.Е.