

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

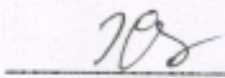
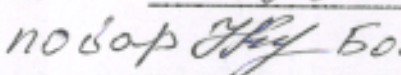
Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ

4 сентября 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1	2,5	10,3	68
Итого				2	2,7	30,5	160
Обед							
2010	48	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ-	60	0,5	0,1	1	8
1994 год	131/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ-	250	6,3	2,3	14,3	105
1994 г.	330	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ - С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ-	120/4	17,9	14	10,4	240
1994 год	463	РИС ОТВАРНОЙ-	120	2,6	2,8	25,9	142
1994 год	208	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВИР, ОТВАРНОЙ ДЛЯ ПОДГАРНИРОВКИ	60	1,8	0,1	3,5	22
1994 год	588	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВОМ	200	0,5	0,1	19,8	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	106
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,8	4,5	16,8	82
Итого				35,4	25,1	112,1	787
Полдник							
2008	38	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ИЗЮМОМ	60	0,8	3,1	13,3	85
2008	851	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ-	70	6,6	5,6	22,6	173
1994 г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				9,1	9,3	55,7	349
Ужин 1							
1994 г.	297, ТТК	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ -	180/20	31,8	17,1	37,8	456
1994	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ-	200	5,3	4,8	9,4	108
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	106
2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				40,5	23,5	75,6	707
Ужин 2							
		ЙОГУРТ	200	9,2	4,8	17	157
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				10,7	5,4	27,3	210
Всего				97,7	66	301,2	2213

и/с  Холинова Л.А.
 повар  Болотова И.С.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ

5 сентября 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
1994год	№284	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ -КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ	160/50	16,4	16,6	8,3	276
1994 год	642	КАКАО С МОЛОКОМ-	200	4,6	4,3	17,5	132
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	106
1997	22	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,1	8,3	0,1	75
1997 г.	23	СЫР	15	3,9	3,9		55
2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				28,4	34,7	54,3	681
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1	2,5	10,3	68
Итого				2	2,7	30,5	160
Обед							
2008	29	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	60	0,7	3	3,8	46
1994 год.	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/15	5,8	5,7	11,7	131
1994 год.	455 ТТК	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ -	100	15,8	14,5	18,5	280
1994 год	273	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ-	180	6,5	4,7	39,3	229
1994 год.	588	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ-	200	0,5	0,1	19,6	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	106
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,8	4,5	16,8	82
Итого				35,1	33,7	130,3	956
Полдник							
1997 год.	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ-	60	0,6	3,1	6	55
1986 год	106	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ -	70	6,3	3,7	38,6	214
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
1994 г.	75	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1	2,9	5,4	51
Итого				9,6	10,3	69,8	411
Ужин 1							
1997	39/3	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ-	60	0,7	0,1	2,3	14
2004	481	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ--	120	16,9	14,6	9	257
1994 г.	470	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ-	180	3,5	4,7	28,8	168
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38

Утверждаю

Директор

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"
Руденко Ольга Николаевна**МЕНЮ**

6 сентября 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
1994 год	262, ТТК	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	250	5,8	3,5	32,1	186
1997 г.	762	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК -	200	4,4	3,7	18,4	127
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	106
1997	22	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,1	8,3	0,1	75
1997 г.	23	СЫР	15	3,9	3,9		55
2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				17,6	21	79	586
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	15	0,4	0,5	11,6	53
Итого				1,4	0,7	31,8	145
Обед							
1994 год	29	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,8	6	4	73
1994 год	139/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, С КУРОЙ-	250/15	6,3	4,9	18,9	152
2007.	ТТК	БРИЗОЛЬ	120	22,5	37,5	10,9	486
1994 год	№ 486, ТТК	РАГУ ОВОЩНОЕ -	180	3,8	8,2	19,5	181
1994	588	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	19,8	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	106
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,8	4,5	16,8	82
Итого				39,8	62,4	110,5	1162
Полдник							
1997 год.	71 (3)	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	60	1,3	0,7	8,6	45
1994	685, № 687, №724	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый СДОБный ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ, ЛУКОМ -	70	4,7	5,3	23,4	165
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				7,7	6,6	51,8	301
Ужин 1							
2010	46	ОГУРЕЦ СОЛЕНый ПОРЦИОНный-	60	0,5	0,1	1	8
1994	425	ОЛАДЫИ ИЗ ПЕЧЕНИ-	120	20,4	19,2	15,7	320
2003	444, ТТК	ПЮРЕ " РОЗОВОЕ " -	160	2,3	3,5	13	97
1994 г.	630	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ -	200	2,9	2,4	14,2	92
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	106

2010	827	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				29,5	26,8	72,3	860
Ужин 2							
		ЙОГУРТ	200	9,2	4,8	17	157
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				10,7	5,4	27,3	210
Всего				106,7	122,9	372,7	3064

н/е

Лос

Холинова Л.А.

подар

Болотова

Болотова Н.С. Бузина ЕА.

Сл	7,8
Вр	20,7
4	7
Сл	10,3
Вр	27,3
1,3	7

Утверждаю

Директор

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"
Руденко Ольга Николаевна**МЕНЮ**

7 сентября 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
1994	294	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА - С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	200/20	35,7	19,9	55,9	563
1994	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ-	200	5,3	4,8	9,4	108
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	108
1997	22	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,1	8,3	0,1	75
1997 г.	23	СЫР	15	3,9	3,9		55
2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				48,4	38,5	93,8	944
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	15	0,4	0,5	11,6	53
Итого				1,4	0,7	31,8	145
Обед							
1997 год.	36/3	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ-	60	0,6	0,1	1,9	12
1994 год	193/3	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ ПО-ДОМАШНЕМУ.-	250/14	6,4	5,9	13,1	141
2002 г.	141	ГУЛЯШ- ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ--	70/70	17,1	14,6	3,3	238
1994 год.	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ-	180	10	6,3	43,1	271
1994 год.	588	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВОМ	200	0,5	0,1	19,6	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	106
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,8	4,5	16,8	82
Итого				40,4	32,7	118,4	932
Полдник							
2008	27	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ-	60	1	2,9	6,7	56
1994 год.	809	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ -	70	6,7	2,4	36	192
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				9,4	5,9	62,5	339
Ужин 1							
2010 год.	95	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	0,8	5,1	4,2	66
1994	319	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ-	300	19,2	10,7	25,1	285
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	108
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	3,4	12,6	62

2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				25,7	20,8	79,8	594
Ужин 2							
		ЙОГУРТ	200	9,2	4,8	17	157
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				10,7	5,4	27,3	210
Всего				136	104	413,6	3164

и/с

[Signature]

Холинова Л.А.

подоп

[Signature]

Болотова Н.С. Бузина ЕА.

Утверждаю

Директор
 ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"
 Руденко Ольга Николаевна

МЕНЮ
 8 сентября 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
1994 г.	262, ТТК	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	250	6,9	4	30,9	189
1994 год	642	КАКАО С МОЛОКОМ-	200	4,6	4,3	17,5	132
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	1,1	18,7	95
1997	22	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,1	8,3	0,1	75
1997 г.	23	СЫР	15	3,9	3,9		55
2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				18,8	22	75	583
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ПЕЧЕНЬЕ	15	1	2,5	10,3	68
Итого				2	2,7	30,5	160
Обед							
1994 год	60 -	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СОЛЁНЫМ ОГУРЦОМ С СЕЛЬДИЮ	60/30	5,6	8,6	5,3	127
1994 год.	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/14	6,5	6,3	16,2	156
1996 год	417	КОТЛЕТЫ МЯСО-КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПО-ХЛЫНОВСКИ.--	100	16	17,9	7,2	266
1994 год	482	КАПУСТА ТУШЁНАЯ-	180	4,1	4,7	16,3	133
1994 год.	588	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ-	200	0,5	0,1	19,6	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,9	1,1	18,7	95
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,8	4,5	16,8	82
Итого				38,4	43,2	100,1	941
Полдник							
2002	86, ТТК	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ-	60	1,1	5,1	6,1	76
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	7,7	9,2	28,3	242
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	200	3,1	2,6	14,5	95
2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				12,3	17,3	56,7	450
Всего				71,5	85,2	262,3	2134

м/е
 повар

Холинова Л.А.
 Холинова Л.А.

Болотова Н.С. Бузина ЕА.
 Болотова Н.С. Бузина ЕА.