

Утверждаю

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

МЕНЮ
 6 мая 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
1994 г.	262, ТТК	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ НА СГУЩ, МОЛОКЕ -	250	5,8	3,5	43,9	222
1997 год	762, ТТК	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СГУЩЕННОМ	200	1,7	1,4	13,3	69
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	106
1997	22	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого				10,6	14,4	77,9	472
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого				1,6	0,9	35,7	163
Обед							
1997 год.	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ-	60	0,6	4,6	6,2	68
1994	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯСОМ	265/15	9,5	5,5	17,7	165
1994	416,	КОТЛЕТЫ	120	16,3	15	22	300
1994 год	№ 215	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	3,5	9,5	19,5	182
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
2010	627	ФРУКТЫ.	120	0,4	0,4	9,4	45
Итого				36,6	40,8	131,8	1030
Полдник							
1997	62	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ -	60	1,3	3,1	6,6	60
1986 год	106	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ -	70	6,5	3,7	38,6	215
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				9,5	7,4	65	366
Ужин 1							
1997 год.	71 (1)	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ-	50	0,6	1,1	6,7	40
1994 г.	297, ТТК	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ -	170/20	30,3	16,3	36,4	436
1994	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ-	200	5,3	4,8	9,4	108
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					

Итого				38,1	23,2	70,6	674
Ужин 2							
		ЙОГУРТ	200	6	3,8	22,6	146
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				7,5	4,4	32,9	199
Всего				103,9	91,1	413,9	2904

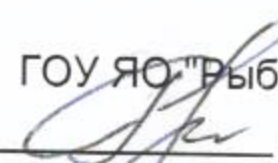
Л.А.

Холинова Л.А.

Н.С.

Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор
 ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

 /Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ

7 мая 2024 г.

12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
1994 г.	208	КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ	60	1,2	0,1	6,1	31
1994год	№284	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	18,4	19,6	3,8	296
1994 год	642	КАКАО С МОЛОКОМ-	200	4,6	4,3	17,5	132
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	106
1997 г.	23	СЫР	15	3,9	3,9		55
Итого				31,1	29,1	48	620
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,3	3,4	13,7	90
Итого				2,3	3,6	33,9	182
Обед							
1997	36/3	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ-	60	0,5	0,1	1,7	9
1994 год	131/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ-	250/30	9,1	2,4	21,8	146
2010	300	РЫБА ОТВАРНАЯ-	120	21,7	0,7	0,4	94
1994 г.	470	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ-	180	3,5	4,7	26,8	168
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
2010	627	ФРУКТЫ.	120	0,4	0,4	9,4	45
Итого				41,6	14,1	117,3	732
Полдник							
1997 год.	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ-	60	0,6	1,7	6,5	44
	122	БУЛОЧКА " ОСЕННЯЯ " -	70	5,5	6,5	36,1	230
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				7,8	8,8	62,4	365
Ужин 1							
1994 год	208	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИР,ОТВАРНОЙ	60	1,3	0,1	2,7	17
2004	455 ТТК	КОТЛЕТЫ " МОЗАИКА " -	120	16,8	17,6	14	301
1994 год	273	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ-	180	6,5	4,6	39,3	228
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53

Ужин 2

2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
Итого				1,6	0,9	35,7	163
Всего				111,1	79,8	380,9	2736


 _____ Холинова Л.А.


 _____ Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ

8 мая 2024 г.

12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" .	250	6,9	5,1	25,1	176
1997 г.	762	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК -	200	4,4	3,7	19,3	131
		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
Итого				18,3	22,2	65,1	543
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого				1,6	0,9	35,7	163
Обед							
2008	29	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	60	1,2	4,9	6	73
1994 год	193/3	СВЕКОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ-	250/15	5,8	6,5	15,2	151
2010 г.	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ-	50/50	22,5	32,4	7,6	439
1994 год.	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ-	180	11,3	6,7	48,7	300
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
2010	627	ФРУКТЫ.	120	0,4	0,4	9,4	45
Итого				47,5	56,7	143,9	1278
Полдник							
1997	59	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЁНЫМ ОГУРЦОМ-	60	0,8	4,8	5,6	68
1994 год	№ 685, 687, 735	ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ -	70	4	3,4	35,5	189
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				6,5	8,8	60,9	348
Всего				73,9	88,6	305,6	2332

Л.А.

Холинова Л.А.

Н.С.

Белотарова Н.С.