

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"
Руденко Ольга Николаевна

МЕНЮ


7 ноября 2023 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 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 53 |
| 1997 | 22 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| 1997 г. | 23 | СЫР | 15 | 3,9 | 3,9 | | 55 |
| Итого | | | | 13 | 17,7 | 67,6 | 474 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 |
| 2008 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 19 | 0,5 | 0,6 | 14,7 | 67 |
| Итого | | | | 1,5 | 0,8 | 34,9 | 159 |
| Обед | | | | | | | |
| 2010 год. | 95 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ | 50 | 0,7 | 4,2 | 3,5 | 56 |
| 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-- | 60/60 | 16,1 | 13,7 | 3,2 | 224 |
| 1994 год. | 463 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ- | 150 | 8,4 | 5,4 | 36 | 226 |
| 1994 год. | 588 | КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВОМ | 200 | 0,5 | 0,1 | 19,6 | 82 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 53 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,1 | 3,4 | 12,6 | 62 |
| 2010 | 627 | ФРУКТЫ. | 140 | 0,5 | 0,5 | 11 | 52 |
| Итого | | | | 36,2 | 33,8 | 109,3 | 896 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 27 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ- | 60 | 1 | 2,9 | 6,7 | 56 |
| 1986 г | 109 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ - | 70 | 6 | 7,9 | 40,1 | 263 |
| 1994г. | 627 | ЧАЙ С САХАРОМ- | 200 | 0,2 | | 9,5 | 38 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 53 |
| Итого | | | | 8,7 | 11,4 | 66,6 | 410 |
| Ужин 1 | | | | | | | |
| 1994 год | 60 - | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СОЛЁНЫМ ОГУРЦОМ | 50 | 0,9 | 5,1 | 5,2 | 68 |
| 1994 | 319 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ- | 280 | 17,8 | 10,1 | 23,3 | 267 |
| 1994г. | 627 | ЧАЙ С САХАРОМ- | 200 | 0,2 | | 9,5 | 38 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 53 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,4 | 2,2 | 8,4 | 41 |

| | | | | | | | |
|---------------|--|----------------|-----|------|------|------|------|
| Итого | | | | 21,8 | 18 | 56,7 | 467 |
| 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 | | | | 88,7 | 86,1 | 368 | 2605 |


 _____ Холинова Л.А.


 _____ Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

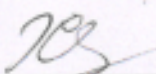
МЕНЮ


8 ноября 2023 г.

12-18 лет

| Сборник рецептур | № 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 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 53 |
| 1997 | 22 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| Итого | | | | 11,8 | 16,1 | 60,9 | 441 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 21 | 1,3 | 3,5 | 14,4 | 95 |
| Итого | | | | 2,3 | 3,7 | 34,6 | 187 |
| Обед | | | | | | | |
| 1997 год. | 36/3 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ- | 50 | 0,5 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| 1994 год | 139/3 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, С КУРОЙ- | 250/15 | 6,3 | 4,9 | 18,9 | 152 |
| 2007. | ТТК | БРИЗОЛЬ | 100 | 18,7 | 31,3 | 9,1 | 405 |
| 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 | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 53 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,1 | 3,4 | 12,6 | 62 |
| 2010 | 627 | ФРУКТЫ. | 140 | 0,5 | 0,5 | 11 | 52 |
| Итого | | | | 34 | 49,1 | 102,8 | 997 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1997 год. | 71 (1) | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ- | 60 | 0,7 | 0,1 | 6,6 | 30 |
| 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 | | | | 7,1 | 6 | 49,8 | 286 |
| Ужин 1 | | | | | | | |
| 1997 | 39/3 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ- | 50 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 |
| 1994 | 425 | ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ- | 100 | 17 | 16 | 13 | 266 |
| 2003 | 444, ТТК | ПЮРЕ " РОЗОВОЕ " - | 180 | 2,3 | 3,5 | 13 | 97 |
| 1994г. | 627 | ЧАЙ С САХАРОМ- | 200 | 0,2 | | 9,5 | 38 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 53 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,4 | 2,2 | 8,4 | 41 |

| | | | | | | |
|---------------|----------------|-----|------|-------|-------|------|
| Итого | | | 23 | 22,4 | 56,1 | 507 |
| 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 | | | 85,7 | 101,7 | 337,1 | 2617 |


 _____ Холинова Л.А.


 _____ Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

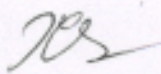
МЕНЮ


9 ноября 2023 г.

12-18 лет

| Сборник рецептур | № 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, | 160/20 | 29,4 | 16,7 | 47,8 | 472 |
| 1994 | 644 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ- | 200 | 5,3 | 4,8 | 9,4 | 108 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 53 |
| 1997 г. | 23 | СЫР | 15 | 3,9 | 3,9 | | 55 |
| Итого | | | | 40,1 | 26 | 67,5 | 688 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 |
| 2008 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 19 | 0,5 | 0,6 | 14,7 | 67 |
| Итого | | | | 1,5 | 0,8 | 34,9 | 159 |
| Обед | | | | | | | |
| 1997 год. | 36/3 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ- | 50 | 0,5 | 0,1 | 1,6 | 10 |
| 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- | 150 | 5,4 | 3,9 | 32,9 | 190 |
| 1994 год. | 588 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ- | 200 | 0,5 | 0,1 | 19,6 | 82 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 53 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,1 | 3,4 | 12,6 | 62 |
| 2010 | 627 | ФРУКТЫ. | 140 | 0,5 | 0,5 | 11 | 52 |
| Итого | | | | 32,1 | 28,8 | 118,2 | 860 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1997 год. | 71 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ- | 50 | 0,5 | 0,1 | 5 | 23 |
| 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 |
| Итого | | | | 8,5 | 4,4 | 63,4 | 328 |
| Ужин 1 | | | | | | | |
| 1997 | 39/3 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ- | 50 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 |
| 2004 | 481 | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ-- | 120 | 16,9 | 14,6 | 9 | 257 |
| 1994 г. | 470 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ- | 180 | 3,5 | 4,7 | 26,8 | 168 |
| 1994г. | 627 | ЧАЙ С САХАРОМ- | 200 | 0,2 | | 9,5 | 38 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 53 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,4 | 2,2 | 8,4 | 41 |

| | | | | | | | |
|---------------|--|----------------|-----|-------|------|-------|------|
| Итого | | | | 24,1 | 22,2 | 65,9 | 569 |
| 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 | | | | 113,8 | 86,6 | 382,8 | 2803 |


 _____ Холинова Л.А.


 _____ Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

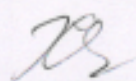
(Руденко Ольга Николаевна)

МЕНЮ

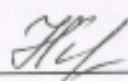
10 ноября 2023 г.

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 | 20 | 1,4 | 0,6 | 9,4 | 48 |
| 1997 | 22 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 10 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 75 |
| Итого | | | | 13 | 17,2 | 57,9 | 444 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1 | 0,2 | 20,2 | 92 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 21 | 1,3 | 3,5 | 14,4 | 95 |
| Итого | | | | 2,3 | 3,7 | 34,6 | 187 |
| Обед | | | | | | | |
| 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 ТУШЕНАЯ- | 180 | 4,1 | 4,7 | 16,3 | 133 |
| 1994 год. | 588 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ- | 200 | 0,5 | 0,1 | 19,6 | 82 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,4 | 0,6 | 9,4 | 48 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,1 | 3,4 | 12,6 | 62 |
| 2010 | 627 | ФРУКТЫ. | 140 | 0,5 | 0,5 | 11 | 52 |
| Итого | | | | 31,1 | 33,5 | 92,3 | 799 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1994 г. | 161 | ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ | 200 | 6,3 | 5,4 | 22,1 | 168 |
| 1994г. | 627 | ЧАЙ С САХАРОМ- | 200 | 0,2 | | 9,5 | 38 |
| 1997 г. | 23 | СЫР | 15 | 3,9 | 3,9 | | 55 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,4 | 0,6 | 9,4 | 48 |
| Итого | | | | 11,8 | 9,9 | 41 | 309 |
| Всего | | | | 58,2 | 64,3 | 225,8 | 1739 |



Холинова Л.А.



Болотова Н.С.