

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
 8 апреля 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>10,6</b>	<b>14,4</b>	<b>77,9</b>	<b>472</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
<b>Итого</b>				<b>1,6</b>	<b>0,9</b>	<b>35,7</b>	<b>163</b>
<b>Обед</b>							
1997 год.	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ-	60	0,6	3,5	6	57
1994	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯСОМ	265/15	9,8	5,3	17,7	164
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
<b>Итого</b>				<b>36,9</b>	<b>39,5</b>	<b>131,6</b>	<b>1018</b>
<b>Полдник</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>9,5</b>	<b>7,4</b>	<b>65</b>	<b>366</b>
<b>Ужин 1</b>							
1997 год.	71 ( 1 )	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ-	60	0,7	1,3	6,6	41
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

Итого				38,2	23,4	70,5	675
<b>Ужин 2</b>							
		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				104,3	90	413,6	2893

*Л.А.*

Холинова Л.А.

*Н.С.*

Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор

ГОУ ЯО "Выбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

# МЕНЮ

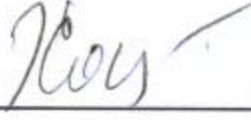
9 апреля 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>31,1</b>	<b>29,1</b>	<b>48</b>	<b>620</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ПЕЧЕНЬЕ	18	1,2	3	12,3	81
<b>Итого</b>				<b>2,2</b>	<b>3,2</b>	<b>32,5</b>	<b>173</b>
<b>Обед</b>							
1997	36/3	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ-	60	0,5	0,1	1,5	8
1994 г.	120	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/15	6,2	6,5	8,9	129
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
<b>Итого</b>				<b>38,7</b>	<b>18,2</b>	<b>104,2</b>	<b>714</b>
<b>Полдник</b>							
1997 год.	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ-	60	0,6	1,7	5,8	41
	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
<b>Итого</b>				<b>7,8</b>	<b>8,8</b>	<b>61,7</b>	<b>362</b>
<b>Ужин 1</b>							
1994 год	208	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИР, ОТВАРНОЙ	60	1,8	0,1	3,5	22
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

	ЙОГУРТ	200	6	3,8	22,6	146
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
<b>Итого</b>			<b>7,5</b>	<b>4,4</b>	<b>32,9</b>	<b>199</b>
<b>Всего</b>			<b>114,5</b>	<b>87</b>	<b>363,7</b>	<b>2747</b>



Холинова Л.А.



Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

# МЕНЮ

10 апреля 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	
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>18,3</b>	<b>22,2</b>	<b>65,1</b>	<b>543</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
<b>Итого</b>				<b>1,6</b>	<b>0,9</b>	<b>35,7</b>	<b>163</b>
<b>Обед</b>							
2008	29	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	60	0,7	5	3,8	64
1994 год	193/3	СВЕКОЛЬНИК С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ-	250/15	6,2	6,3	15,2	151
2010 г.	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ-	50/50	19,7	27,6	6,2	376
1994 год.	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ-	180	10	6,3	43,1	271
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
<b>Итого</b>				<b>43,3</b>	<b>51,4</b>	<b>134,7</b>	<b>1177</b>
<b>Полдник</b>							
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
<b>Итого</b>				<b>6,5</b>	<b>8,8</b>	<b>60,9</b>	<b>348</b>
<b>Ужин 1</b>							
2007	ТТК	ЁЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ -	100/100	13,8	11,4	17,7	245
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

## Ужин 2

	ЙОГУРТ	200	6	3,8	22,6	146
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
<b>Итого</b>			<b>7,5</b>	<b>4,4</b>	<b>32,9</b>	<b>199</b>
<b>Всего</b>			<b>98</b>	<b>107</b>	<b>409,8</b>	<b>3012</b>

  
\_\_\_\_\_ Холинова Л.А.

  
\_\_\_\_\_ Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

# МЕНЮ

11 апреля 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
1994	294	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА - С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	180/20	32,5	18,4	51,9	517
1994	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ-	200	5,3	4,8	9,4	108
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	1,2	20,6	106
1997 г.	23	СЫР	15	3,9	3,9		55
<b>Итого</b>				<b>44,7</b>	<b>28,3</b>	<b>81,9</b>	<b>786</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ПЕЧЕНЬЕ	18	1,2	3	12,3	81
<b>Итого</b>				<b>2,2</b>	<b>3,2</b>	<b>32,5</b>	<b>173</b>
<b>Обед</b>							
1997	39/3	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ-	60	0,7	0,1	2,3	14
1994 год.	132	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/15	5,8	6,2	10,6	131
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	14,7	13,8	9,7	244
1994 год	472	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ-	180	4,1	5,1	22,5	157
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
<b>Итого</b>				<b>32</b>	<b>31,4</b>	<b>111,5</b>	<b>861</b>
<b>Полдник</b>							
1994	75	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ-	60	1,2	4	6,5	65
1994 г.	685, 687, 723	ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ.-	70	4,6	4,3	26,1	164
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
<b>Итого</b>				<b>7,5</b>	<b>8,9</b>	<b>52,4</b>	<b>320</b>
<b>Ужин 1</b>							
1997	36/3	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ-	60	0,5	0,1	1,5	8
1994 г.	330	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ - С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ-	120/5	18	14,8	10,4	247
1994 год	463	РИС ОТВАРНОЙ-	180	3,9	4,3	39	213
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38

2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
<b>Итого</b>				<b>25,9</b>	<b>22,4</b>	<b>86,9</b>	<b>637</b>
<b>Ужин 2</b>							
		ЙОГУРТ	200	6	3,8	22,6	146
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
<b>Итого</b>				<b>7,5</b>	<b>4,4</b>	<b>32,9</b>	<b>199</b>
<b>Всего</b>				<b>119,8</b>	<b>98,6</b>	<b>398,1</b>	<b>2976</b>



Холинова Л.А.



Болотова Н.С.



Утверждаю

Директор

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

Руденко Ольга Николаевна/

# МЕНЮ

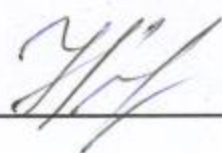
12 апреля 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
1994 г.	262. ТТК.	КАША МОЛОЧНАЯ " ДРУЖБА "	250	8,1	4,5	40,5	236
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
<b>Итого</b>				<b>19,5</b>	<b>21,6</b>	<b>80,5</b>	<b>603</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
<b>Итого</b>				<b>1,6</b>	<b>0,9</b>	<b>35,7</b>	<b>163</b>
<b>Обед</b>							
1994 год	60 -	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СОЛЁНЫМ ОГУРЦОМ С СЕЛЬДЬЮ	60/30	5,8	9,5	5,7	138
1994 год.	128/3	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С МЯСОМ- И СМЕТАНОЙ	250/15	6,5	6,6	14	153
1994	394, ТТК	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ -	280	19,8	21,9	29,4	428
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
<b>Итого</b>				<b>38,8</b>	<b>44,2</b>	<b>115,5</b>	<b>1034</b>
<b>Полдник</b>							
2008	39	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	60	0,9	4	4,8	58
1994	276	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ-	200	11,5	10,5	43,7	333
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	14,2	92
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
<b>Итого</b>				<b>16,8</b>	<b>17,5</b>	<b>73</b>	<b>536</b>
<b>Всего</b>				<b>76,7</b>	<b>84,2</b>	<b>304,7</b>	<b>2336</b>



Холинова Л.А.



Болотова Н.С.