

Утверждаю

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

МЕНЮ


15 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	
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		ПЕЧЕНЬЕ	18	1,2	3	12,3	81
Итого				2,2	3,2	32,5	173
Обед							
1994 год	208	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИР, ОТВАРНОЙ ДЛЯ ПОДГАРНИРОВКИ	60	1,8	0,1	3,5	22
1994 год	131/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ-	250/30	9,1	2,4	21,8	146
1994 г.	330	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ - С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ-	120/5	18	14,8	10,5	248
1994 год	463	РИС ОТВАРНОЙ-	180	3,9	4,3	39	213
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				39,5	27,8	141,2	944
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
1994г.	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							
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

2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				38,2	23,4	70,5	675
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				107,1	82,5	410,7	2812


 _____ Холинова Л.А.


 _____ Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор

ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ


16 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	
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		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	0,7	3	3,8	46
1994 год.	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/15	5,8	6,1	11,8	136
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	4,6	39,3	228
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				35,5	34,4	139,8	1005
Полдник							
1997 год.	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ-	60	0,6	1,7	6	42
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				8,6	6	64,4	347
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	26,8	168

		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	2,2	8,4	41
2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				24,6	22,6	74,1	608
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				108,9	97,4	394,9	2942


 _____ Холинова Л.А.


 _____ Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ

17 апреля 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 год.	262, ТТК.	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	250	6,2	3,9	32,9	194
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
Итого				17,6	21	72	557
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							
1994 год	29	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,8	6	4,1	74
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	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				36,4	56,6	118,2	1127
Полдник							
1997 год.	71 (1)	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ-	60	0,7	2	6,6	46
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	7,9	49,8	302
Ужин 1							
2010	46	ОГУРЕЦ СОЛЕНый ПОРЦИОНный-	60	0,5	0,1	1	8
	416,	БИТОЧКИ	120	16,3	15	22	300
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

2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				21,2	19,6	63,6	533
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				92,1	113,1	370,4	2900


 _____ Холинова Л.А.


 _____ Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ


18 апреля 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	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
Итого				44,7	28,3	81,9	786
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.	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.-	250/15	6,4	6,3	13,2	146
2003 год	178, ТТК	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	120	20,3	17,5	14,3	297
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
2010	627	ФРУКТЫ.	120	0,4	0,4	9,4	45
Итого				44	36,4	138,9	1041
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							
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	10,9	25,1	288
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53

Итого			23,3	19,2	65,3	523
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			129,8	100,6	421,3	3122


 _____ Холинова Л.А.


 _____ Болотова Н.С.

Утверждаю

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

МЕНЮ
 19 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	
Завтрак							
1994 г.	262, ТТК	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ	250	7,4	4,4	31,8	199
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
Итого				18,9	22	68,1	556
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	57	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ	60/30	5,8	9,6	7,7	147
1994 год.	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/15	6,5	6,7	16,3	161
1994	416,	ШНИЦЕЛЬ-	120	16,3	15	22	300
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
2010	627	ФРУКТЫ.	120	0,4	0,4	9,4	45
Итого				39,3	42,1	126,8	1045
Полдник							
1994 г.	75	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	0,8	3,9	4,7	57
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	1,4	0,6	9,4	48
Итого				16,6	17,4	72	530
Всего				77,1	85,1	300,8	2313


 Холинова Л.А.


 Болотова Н.С.