

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

Руденко Ольга Николаевна

МЕНЮ

16 октября 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
Итого				9,1	13,8	67,6	419
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ПЕЧЕНЬЕ	23	1,5	3,9	15,8	104
Итого				2,5	4,1	36	196
Обед							
2010	46	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 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	19,6	82
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	3,4	12,6	62
Итого				33,2	23,4	97,6	714
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							
1994 г.	297, ТТК	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ -	160/20	28,6	15,5	35,1	416
1994	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ-	200	5,3	4,8	9,4	108
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
2010	627	ФРУКТЫ.	140	0,5	0,5	11	52
Итого				35,9	21,4	65,8	629

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				97,3	76,4	355,6	2506

Л.А.

Холинова Л.А.

Н.С. Бузина

Болотова Н.С. Бузина ЕА.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

Руденко Ольга Николаевна

МЕНЮ

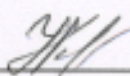
17 октября 2023 г.

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	20	1,5	0,6	10,3	53
1997	22	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого				22,6	29,8	36,2	536
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	17	0,5	0,6	13,1	60
Итого				1,5	0,8	33,3	152
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	6,8	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	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				33,4	32,5	126,8	935
Полдник							
1997 год.	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ-	60	0,6	0,1	6	28
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	4,4	64,4	333
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
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				24,2	22,2	66,3	571
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				97,8	94,1	359,9	2726


 _____ Холинова Л.А.


 _____ Болотова Н.С. Бузина ЕА.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/


МЕНЮ

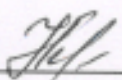
18 октября 2023 г.

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	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				15,7	20	60,9	496
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ПЕЧЕНЬЕ	23	1,5	3,9	15,8	104
Итого				2,5	4,1	36	196
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	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				38,1	61,2	107	1141
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							
2010	46	ОГУРЕЦ СОЛЕНый ПОРЦИОНный-	60	0,5	0,1	1	8
1994	425	ОЛАДЫи ИЗ ПЕЧЕНИ-	100	17	16	13	266
2003	444, ТТК	ПЮРЕ " РОЗОВОЕ " -	180	2,3	3,5	13	97
1994 г.	630	ЧАЙ С САХАРОМ И МОЛОКОМ -	200	2,9	2,4	14,2	92
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53

Итого				24,2	22,6	51,5	516
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				95,1	118,3	338,1	2834


 _____ Холинова Л.А.


 _____ Болотова Н.С. Бузина ЕА.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ

19 октября 2023 г.

12-18 лет

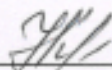
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
1994	294	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА - С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ,	160/20	29,4	16,7	47,8	472
1994	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ-	200	5,3	4,8	9,4	108
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	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	17	0,5	0,6	13,1	60
Итого				1,5	0,8	33,3	152
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	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				38,7	31,5	114,9	911
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	20	1,5	0,6	10,3	53
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,4	2,2	8,4	41
Итого				23,1	18,6	57,5	483

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			120,3	67,2	368,6	2772



Холинова Л.А.



Болотова Н.С. Бузина ЕА.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

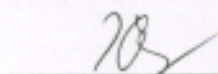
/Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ

20 октября 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 ПШЁННАЯ 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
1997 г.	23	СЫР	15	3,9	3,9		55
Итого				16,9	21,1	57,9	499
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ПЕЧЕНЬЕ	23	1,5	3,9	15,8	104
Итого				2,5	4,1	36	196
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	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				36,7	42,1	97,6	926
Полдник							
2002	86. ТТК	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ-	60	1,1	5,1	6,1	76
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,6	9,4	48
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
Итого				13,3	17,5	58,3	461
Всего				69,4	84,8	249,8	2082



Холинова Л.А.



Болотова Н.С. Бузина ЕА.