

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ

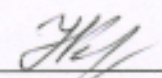
23 октября 2023 г.

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		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	17	0,5	0,6	13,1	60
Итого				1,5	0,8	33,3	152
Обед							
1997 год.	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ-	60	0,6	0,1	6	28
1994	138	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, С МЯСОМ	250/14	9,8	5,3	17,7	164
1994 год	464	ШНИЦЕЛИ ПО- ДЕРЕВЕНСКИ-	100	13,9	21,8	15,7	319
1994 год	№ 215	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	3,5	9,9	19,6	186
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				31,9	41,2	101,5	894
Полдник							
1997	62	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ -	60	1,3	3,1	6,6	60
1994 год	№ 685, 687, 735	ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ЯБЛОКАМИ -	70	4	3,4	32,5	178
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				7	7,1	58,9	329
Ужин 1							
1994 г.	297, ТТК	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЁННЫМ -	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			92,9	88,7	360	2622


_____ Холинова Л.А.


_____ Болотова Н.С. Бузина ЕА.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ

24 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		ПЕЧЕНЬЕ	21	1,3	3,5	14,4	95
Итого				2,3	3,7	34,6	187
Обед							
1997	36/3	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ-	60	0,5	0,1	1,5	8
1994 год.	132	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/14	6,2	6,1	10,5	131
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	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				36,6	16,2	92,9	650
Полдник							
1997 год.	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ-	60	0,6	0,1	5,8	27
	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	7,2	61,7	348
Ужин 1							
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	100	14,7	13,8	9,7	244
1994 год	273	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ-	180	6,5	4,7	39,3	229
1994 год	208	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИР,ОТВАРНОЙ ДЛЯ ПОДГАРНИРОВКИ	80	2,4	0,2	4,7	29
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				25,3	19,3	73,5	593

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			102,1	80,6	331,8	2513

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

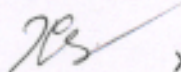
25 октября 2023 г.

12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС"	250	6,7	4,9	24,6	170
1997 г.	762	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК -	200	4,4	3,7	19,3	131
		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				16,6	21,4	54,3	484
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							
2008	29	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	60	0,7	5	3,8	64
1994 год	193/3	СВЕКОЛЬНИК С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ-	250/15	6,2	5,9	15,1	147
2010 г.	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ-	70/70	23,2	32,9	7,3	445
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	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				44,7	54,7	122,8	1176
Полдник							
1997	59	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЁНЫМ ОГУРЦОМ-	60	0,8	4,8	5,6	68
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	9,1	64	374
Ужин 1							
1997 год	494	ГОЛУБЦЫ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ -	280	24,3	31,7	18,5	473
1994	528	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ-	100	0,8	3,9	6	64
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				28,2	38,4	52,7	669

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			107,5	128,8	361,6	3061



Холинова Л.А.



Болотова Н.С. Бузина ЕА.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ

26 октября 2023 г.

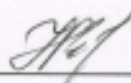
12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
1994	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		ПЕЧЕНЬЕ	21	1,3	3,5	14,4	95
Итого				2,3	3,7	34,6	187
Обед							
1997	39/3	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ-	60	0,7	0,1	2,3	14
1994 год	131/3	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ-	250	6,3	2,3	14,3	105
1994 г.	387 - № 553	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ -	100/30	17,5	11,4	9	209
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	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				33,2	23,5	101,6	734
Полдник							
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
Итого				7,5	8,9	52,4	320
Ужин 1							
1997	36/3	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ-	60	0,5	0,1	1,5	8
1994 г.	330	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ - С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ-	110/4	16,5	12,9	9,4	221
1994 год	463	РИС ОТВАРНОЙ-	180	3,9	4,3	39	213
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	20,1	78,1	574
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				114,6	86,6	367,1	2702



Холинова Л.А.



Болотова Н.С. Бузина ЕА.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

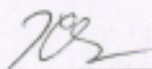
/Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ

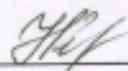
27 октября 2023 г.

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 " ДРУЖБА "	250	7,6	4,1	39,5	225
1997 г.	762	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК -	200	4,4	3,7	19,3	131
		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				17,5	20,6	69,2	539
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							
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	250/14	6,5	6,2	13,9	148
1994	394. ТТК	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ -	350	24,5	27,4	36,8	535
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				41,4	47,7	109,9	1070
Полдник							
2008	39	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ	70	1,1	4,7	5,5	68
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
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
2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				13,8	17,5	66,4	495
Всего				74,2	86,6	280,4	2263



Холинова Л.А.



Болотова Н.С. Бузина ЕА.