

Утверждаю

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


МЕНЮ
 25 марта 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		ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	71
Итого				1,6	0,9	35,7	163
Обед							
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
Итого				36,9	39,5	131,6	1018
Полдник							
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
Итого				9,5	7,4	65	366
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
1994	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ-	200	5,3	4,8	9,4	108

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				104,3	90	413,6	2893


 _____ Холинова Л.А.


 _____ Болотова Н.С.

Утверждаю

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

МЕНЮ
 26 марта 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		ПЕЧЕНЬЕ	18	1,2	3	12,3	81
Итого				2,2	3,2	32,5	173
Обед							
1997	36/3	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ-	60	0,5	2,4	1,5	28
1994 г.	120	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/15	6,3	6,7	8,9	132
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
Итого				38,8	20,7	104,2	737
Полдник							
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
Итого				7,8	8,8	61,7	362
Ужин 1							
1994 год	208	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИР,ОТВАРНОЙ	60	1,8	0,1	3,5	22
2004	455 ТТК	КОТЛЕТЫ " МОЗАИКА " -	120	16,8	25,9	14	365
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
Итого			7,5	4,4	32,9	199
Всего			114,6	97,8	363,7	2834

Л.А.

Холинова Л.А.

Н.С.

Болотова Н.С.

Утверждаю

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

МЕНЮ

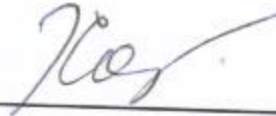
27 марта 2024 г.

12-18 лет

Сборник рецептов	№ 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	6,9	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
Итого				18,3	22,2	65,1	543
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	5	3,8	64
1994 год	193/3	СВЕКОЛЬНИК С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ-	250/15	6,3	6,5	15,2	154
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
Итого				43,4	51,6	134,7	1180
Полдник							
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
Итого				6,5	8,8	60,9	348
Ужин 1							
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	9,4	44

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			98,1	107,2	409,8	3015



Холинова Л.А.



Болотова Н.С.

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 марта 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	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		ПЕЧЕНЬЕ	18	1,2	3	12,3	81
Итого				2,2	3,2	32,5	173
Обед							
1997	39/3	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ-	60	0,7	2,4	2,3	34
1994 год.	132	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/15	5,9	6,4	10,6	134
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
Итого				32,1	33,9	111,5	884
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	2,4	1,5	28
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

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

Руденко Ольга Николаевна

МЕНЮ

29 марта 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 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
Итого				19,5	21,6	80,5	603
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							
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	6,6	6,8	14	156
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
Итого				38,9	44,4	115,5	1037
Полдник							
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
Итого				16,8	17,5	73	536
Всего				76,8	84,4	304,7	2339

Холинова Л.А.

Холинова Л.А.

Болотова Н.С.

Болотова Н.С.