

Сборник рецептов	№ тех. 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	5,7	3,4	42,9	217
1997 год	762, ТТК	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СГУЩЕННОМ	200	1,6	1,3	12,6	65
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
1997	22	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,1	8,3	0,1	75
Итого				8,9	13,6	65,9	410
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							
2010	46	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ-	50	0,4	0,1	0,9	7
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-	100/3	15	11,7	8,6	199
1994 год	463	РИС ОТВАРНОЙ-	120	2,6	2,8	25,9	142
1994 год	208	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИР, ОТВАРНОЙ ДЛЯ ПОДГАРНИРОВКИ	50	1,5	0,1	3	18
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.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				30,3	21,5	103	705
Полдник							
2008	38	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ИЗЮМОМ	60	0,8	3,1	13,3	85
2008	851	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНые 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 -	150/20	27	14,7	33	392
1994	644	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ-	200	5,3	4,8	9,4	108
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	53
Итого				33,8	20,1	52,7	553

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			91,9	72,6	344,8	2403


_____ Холинова Л.А.


_____ Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

/Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ

5 декабря 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	160/30	16,1	16,6	6,3	265
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				22,3	29,8	34,2	525
II Завтрак							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0,2	20,2	92
2008		ВАФЛИ	22	0,6	0,7	17	78
Итого				1,6	0,9	37,2	170
Обед							
2008	29	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	50	0,5	2,5	3,2	39
1994 год.	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/15	5,8	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-	150	5,4	3,9	32,9	190
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.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				32	31,1	116,6	874
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-	50	0,6	0,1	1,9	12
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				24,1	22,2	65,9	569
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				96,1	92,8	351,2	2670




Холинова Л.А.



Болотова Н.С.

Утверждаю

Директор
 ГОУ ЯО "Рыбинская школа-интернат № 2"

 /Руденко Ольга Николаевна/

МЕНЮ
 6 декабря 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 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	21	1,3	3,5	14,4	95
Итого				2,3	3,7	34,6	187
Обед							
1994 год	29	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	50	0,7	5	3,4	61
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	20	1,5	0,6	10,3	53
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	3,4	12,6	62
2010	627	ФРУКТЫ.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				34,1	53,9	101,4	1033
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-	50	0,4	0,1	0,9	7
1994	425	ОЛАДЫИ ИЗ ПЕЧЕНИ-	100	17	16	13	266
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

Итого				21,4	20,2	46,7	461
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				88,1	108,2	326,3	2662



Холинова Л.А.



Болотова Н.С.

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 декабря 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		ВАФЛИ	22	0,6	0,7	17	78
Итого				1,6	0,9	37,2	170
Обед							
1997 год.	36/3	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ-	50	0,5	0,1	1,6	10
1994 год	193/3	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ ПО ДОМАШНЕМУ.-	250/15	6,4	5,9	13,1	141
2002 г.	141	ГУЛЯШ- ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ--	60/60	16,1	13,7	3,2	224
1994 год.	463	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ-	150	8,4	5,4	36	226
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.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				35,9	29,6	104,2	835
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	50	0,7	4,2	3,5	56
1994	319	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ-	280	17,8	10,1	23,3	267
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				21,6	17,1	55	455

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			115,4	89,4	363,4	2757



Холинова Л.А.



Болотова Н.С.

Утверждаю

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

МЕНЮ
 8 декабря 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 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	21	1,3	3,5	14,4	95
Итого				2,3	3,7	34,6	187
Обед							
1994 год	60 -	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СОЛЁНЫМ ОГУРЦОМ С СЕЛЬДЬЮ	50/30	5,7	8,9	5,2	129
1994 год.	129	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/15	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.	100	0,4	0,4	7,8	37
Итого				36,7	42,3	94,3	913
Полдник							
2002	86, ТТК	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ-	60	1,1	5,1	6,1	76
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	7,7	9,2	28,3	242
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,6	9,4	48
1994г.	627	ЧАЙ С САХАРОМ-	200	0,2		9,5	38
Итого				10,4	14,9	53,3	404
Всего				66,3	82	240,1	2003

Холинова Л.А.

Болотова Н.С.