

Утверждаю

Директор
ГБОУ ЯО "Ярославская школа-интернат № 7" КБК
/Жаворонкова Л.В./

МЕНЮ

22 декабря 2025 г.

12-18 школа

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	8	0,00	6,80	0,10	61,00
2011	209	*ЯЙЦО КУРИНОЕ ВАРЁНОЕ	50	6,10	5,60	0,30	76,00
2010	35	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	255	4,70	5,60	23,10	162,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	10,30	42,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	39	2,90	1,10	19,90	102,00
2008	393	ЛИМОНЫ С САХАРОМ	5	0,00	0,00	1,20	5,00
Итого				13,90	19,10	54,90	448,00
II Завтрак							
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ	194	1,00	0,20	19,60	83,00
Итого				1,00	0,20	19,60	83,00
Обед							
к/к	к/к	*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ)	29	0,80	0,00	1,70	10,00
2011	87	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	5,30	3,90	18,40	131,00
2010	63	*ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	95	6,30	9,40	9,60	148,00
2010	74	*ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	180	10,10	6,70	45,90	284,00
2010	93	*КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ или ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	180	0,00	0,00	21,20	85,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	19	1,50	0,60	10,00	51,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,40	0,40	16,10	77,00
Итого				26,40	21,00	122,90	786,00
Всего				41,30	40,30	197,40	1 317,00

Утверждаю

Директор
ГБОУ ЯО "Ярославская школа-интернат № 7" КБК
/Жаворонкова Л.В./

МЕНЮ

22 декабря 2025 г.

7-11 интерн

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	8	0,00	6,80	0,10	61,00
2011	209	*ЯЙЦО КУРИНОЕ ВАРЁНОЕ	50	6,10	5,60	0,30	76,00
2010	35	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	155	4,00	4,60	15,90	121,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	10,10	41,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	45	3,40	1,30	23,10	118,00
2008	393	ЛИМОНЫ С САХАРОМ	5	0,00	0,00	1,20	5,00
Итого				13,60	18,30	50,70	422,00
II Завтрак							
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ	194	1,00	0,20	19,60	83,00
Итого				1,00	0,20	19,60	83,00
Обед							
к/к	к/к	*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ)	29	0,80	0,00	1,70	10,00
2011	87	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	4,70	3,30	14,80	108,00
2010	63	*ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	60/60	6,40	16,70	12,30	225,00
2010	74	*ГРЕЧА РАССЫПЧАТАЯ	150	8,50	5,60	38,30	237,00
2010	93	*КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	180	0,00	0,00	21,10	84,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	22	1,70	0,70	11,50	59,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,00	0,50	20,60	98,00
Итого				25,10	26,80	120,30	821,00
Полдник							
2008		*ПРЯНИКИ	44	1,30	1,30	33,30	115,00
2011	385	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	194	5,80	5,00	9,50	107,00
Итого				7,10	6,30	42,80	222,00
Ужин							
2011	73	*ИКРА КАБАЧКОВАЯ	35	0,30	2,40	2,40	33,00
2010	61	*ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	16,00	16,60	6,90	259,00
2011	151	*КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	2,80	5,20	23,10	150,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	16,10	65,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	22	1,70	0,70	11,50	59,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,00	0,50	20,60	98,00
Итого				24,00	25,40	80,60	664,00
Ужин 2							
2011	401	**СНЕЖОК"	226	6,30	5,70	10,20	128,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	22	1,70	0,70	11,50	59,00
Итого				8,00	6,40	21,70	187,00
Всего				78,80	83,40	335,70	2 399,00

Утверждаю

Директор
ГБОУ ЯО "Ярославская школа-интернат № 7" КБК
Жаворонкова Л.В./

МЕНЮ

23 декабря 2025 г.

7-11 интерн

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	9	0,10	7,80	0,10	70,00
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с джемом	135	22,30	15,10	38,10	377,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ*	200	0,10	0,00	5,10	21,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	46	3,40	1,30	23,50	120,00
Итого				25,90	24,20	66,80	588,00
II Завтрак							
к/к	к/к	*МАНДАРИН	80	0,60	0,20	6,00	30,00
Итого				0,60	0,20	6,00	30,00
Обед							
2011		*КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	28	0,90	0,30	4,10	23,00
2010	7	*ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200	1,70	3,60	7,50	70,00
2010	55	*ГУЛЯШ	90	13,30	14,20	2,50	191,00
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,40	4,70	34,80	203,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,40	46,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,70	0,70	11,80	60,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,90	0,40	19,30	92,00
Итого				25,90	23,90	91,40	685,00
Полдник							
2008		*ПЕЧЕНЬЕ	61	4,60	6,00	57,30	253,00
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	1,30	1,10	10,00	55,00
Итого				5,90	7,10	67,30	308,00
Ужин							
2008		*ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	31	0,40	0,10	1,20	8,00
2010	51	*КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	11,80	4,60	12,10	137,00
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	140	2,60	4,20	18,70	123,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	16,40	66,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,70	0,70	11,80	60,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,90	0,40	19,30	92,00
2008	393	ЛИМОНЫ С САХАРОМ	5	0,00	0,00	1,20	5,00
Итого				19,60	10,00	80,70	491,00
Ужин 2							
2011	401	**СНЕЖОК*	212	5,90	5,30	9,60	120,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,70	0,70	11,80	60,00
Итого				7,60	6,00	21,40	180,00
Всего				85,50	71,40	333,60	2 282,00

Утверждаю

Директор
ГБОУ ЯО "Ярославская школа-интернат № 7" КБК
/Жаворонкова Л.В./

МЕНЮ
23 декабря 2025 г.

12-18 школа

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	9	0,10	7,80	0,10	70,00
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с джемом	145	24,00	16,30	40,90	405,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ*	200	0,20	0,00	5,20	22,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	47	3,60	1,40	24,30	124,00
Итого				27,90	25,50	70,50	621,00
II Завтрак							
к/к	к/к	*МАНДАРИН	80	0,60	0,20	6,00	30,00
Итого				0,60	0,20	6,00	30,00
Обед							
2011		*КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	28	0,90	0,30	4,10	23,00
2010	7	*ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250	2,10	3,80	9,20	81,00
2010	55	*ГУЛЯШ	100	14,80	16,00	2,70	214,00
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	5,60	41,80	244,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,40	46,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	24	1,80	0,70	12,20	62,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,30	0,40	15,60	75,00
Итого				28,40	26,80	97,00	745,00
Всего				56,90	52,50	173,50	1 396,00

Утверждаю

Директор
ГБОУ ЯО "Ярославская школа-интернат № 7" КБК
/Жаворонкова Л.В./

МЕНЮ

24 декабря 2025 г.

12-18 школа

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	7,90	0,10	72,00
2008	14	*СЫР (ПОРЦИЯМИ)	24	5,50	7,00	0,00	87,00
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ	255	4,50	6,70	21,40	164,00
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	2,40	1,80	14,40	84,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	47	3,50	1,40	24,10	123,00
Итого				16,00	24,80	60,00	530,00
II Завтрак							
2008		*ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	131	0,50	0,50	12,90	62,00
Итого				0,50	0,50	12,90	62,00
Обед							
2008		*ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	15	0,10	0,00	0,30	2,00
2010	10	*СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	250	13,90	6,80	28,40	230,00
2010	47	*РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (ПРИПУЩЕННАЯ)	100	15,60	0,90	0,60	73,00
2011	151	*КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	180	3,40	4,50	27,80	166,00
2011	388	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,50	0,20	17,70	84,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	24	1,80	0,70	12,10	62,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,30	0,40	15,80	76,00
Итого				37,60	13,50	102,70	693,00
Всего				54,10	38,80	175,60	1 285,00

Утверждаю

Директор
ГБОУ ЯО "Ярославская школа-интернат № 7" КБК
/Жаворонкова Л.В./

МЕНЮ

24 декабря 2025 г.

7-11 интерн

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	*МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	7,90	0,10	72,00
2008	14	*СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,90	7,50	0,00	92,00
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ	155	3,50	4,70	13,20	110,00
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,50	3,60	18,20	124,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	51	3,80	1,50	26,20	134,00
Итого				17,80	25,20	57,70	532,00
II Завтрак							
2008		*ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	219	0,90	0,90	21,50	103,00
Итого				0,90	0,90	21,50	103,00
Обед							
2008		*ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	36	0,30	0,00	0,60	5,00
2010	10	*СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	200	11,10	5,10	22,60	180,00
2010	47	*РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (ПРИПУЩЕННАЯ)	90	14,00	0,80	0,40	65,00
2011	151	*КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	2,90	3,80	23,10	138,00
2011	388	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,70	0,30	20,40	100,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	26	1,90	0,70	13,10	67,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,90	0,40	19,30	92,00
Итого				33,80	11,10	99,50	647,00
Полдник							
2010	105	*БУЛОЧКА «ТВОРОЖНАЯ»	75	9,10	4,70	40,10	239,00
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ	226	1,10	0,20	22,90	97,00
Итого				10,20	4,90	63,00	336,00
Ужин							
2011	339	*СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	32	0,50	0,00	2,70	13,00
2010	70	*ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	240	19,50	25,80	44,50	488,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	19,00	76,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	26	1,90	0,70	13,10	67,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,90	0,40	19,30	92,00
2008	393	ЛИМОНЫ С САХАРОМ	5	0,00	0,00	1,40	6,00
Итого				24,90	26,90	100,00	742,00
Ужин 2							
2008		*ЙОГУРТ	212	5,90	3,20	23,30	146,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	26	1,90	0,70	13,10	67,00
Итого				7,80	3,90	36,40	213,00
Всего				95,40	72,90	378,10	2 573,00