

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 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	7,50	0,10	68,00
к/к	к/к	*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ)	30	0,90	0,00	1,80	10,00
2017	61	*ОМЛЕТ С СЫРОМ	255	30,10	33,80	5,30	449,00
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,90	4,00	16,60	124,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	47	3,50	1,40	24,10	123,00
Итого				39,50	46,70	47,90	774,00
II Завтрак							
к/к	к/к	*ГРУША	243	0,90	0,70	24,30	111,00
Итого				0,90	0,70	24,30	111,00
Обед							
2011	73	*ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,30	2,10	2,10	28,00
2010	6	*БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	1,70	3,40	10,70	81,00
2010	68	*БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	55/45	17,10	27,00	3,90	327,00
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,50	4,40	34,90	202,00
2008	437	*НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,20	0,20	16,70	70,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,80	0,70	12,10	61,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,00	0,50	20,60	98,00
Итого				29,60	38,30	101,00	867,00
Полдник							
		*БЛИНЫ БЕЗ НАЧИНКИ	117	4,40	5,10	74,90	193,00
		*МОЛОКО СГУЩЕНное	17	1,20	1,40	9,00	53,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ*	200	0,10	0,00	6,10	25,00
2008	393	ЛИМОНЫ С САХАРОМ	5	0,00	0,00	1,40	6,00
Итого				5,70	6,50	91,40	277,00
Ужин							
		*ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	32	0,20	0,00	0,80	4,00
2010	59	*КОТЛЕТА МЯСНАЯ*	90	10,50	23,70	14,90	315,00
2010	83	*РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,80	8,00	18,90	160,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	19,20	78,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,80	0,70	12,10	61,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	47	3,00	0,50	20,60	98,00
Итого				18,50	32,90	86,50	716,00
Ужин 2							
2008		*ЙОГУРТ	226	6,30	3,40	24,90	156,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,80	0,70	12,10	61,00
Итого				8,10	4,10	37,00	217,00
Всего				102,30	129,20	388,10	2 962,00

Утверждаю

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

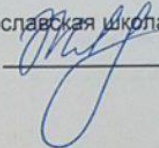
МЕНЮ

25 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	7,50	0,10	68,00
к/к	к/к	*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ)	32	0,90	0,00	1,90	11,00
2017	61	*ОМЛЕТ С СЫРОМ	180	23,10	26,60	2,90	345,00
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,00	2,40	13,20	87,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	47	3,60	1,40	24,30	124,00
Итого				30,70	37,90	42,40	635,00
II Завтрак							
к/к	к/к	*ГРУША	259	1,00	0,80	25,90	118,00
Итого				1,00	0,80	25,90	118,00
Обед							
2011	73	*ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,30	2,10	2,10	28,00
2010	6	*БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250	2,20	4,10	13,20	99,00
2010	68	*БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	120	19,80	30,40	4,30	370,00
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,60	5,30	41,80	241,00
2008	437	*НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,20	0,20	15,70	66,00
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				33,20	43,20	104,90	941,00
Всего				64,90	81,90	173,20	1 694,00

Утверждаю

Директор
ГБОУ ЯО "Ярославская школа-интернат № 7" КБК

Жаворонкова Л.В./

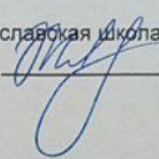
МЕНЮ

26 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	7,70	0,10	69,00
2008	14	*СЫР (ПОРЦИЯМИ)	27	6,20	7,90	0,00	97,00
2010	33	*КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	155	3,50	4,20	19,90	132,00
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,70	3,60	16,90	120,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	54	4,10	1,60	27,90	142,00
Итого				18,60	25,00	64,80	560,00
Обед							
2008		МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	25	0,30	0,00	1,70	9,00
2010	8	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	4,50	7,00	12,80	132,00
2010	51	*БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	90	11,60	5,40	14,40	152,00
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,40	4,90	19,90	138,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,30	45,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	27	2,00	0,80	14,00	71,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,90	0,50	19,70	94,00
Итого				24,70	18,60	93,80	641,00
Полдник							
2010	93	*ДЖЕМ	14	0,00	0,00	7,70	31,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	27	2,00	0,80	14,00	71,00
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ	226	1,10	0,20	22,80	97,00
Итого				3,10	1,00	44,50	199,00
Всего				46,40	44,60	203,10	1 400,00

Утверждаю

Директор
ГБОУ ЯО "Ярославская школа-интернат № 7" КБК

/Жаворонкова Л.В./

МЕНЮ 26 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	8,00	0,10	73,00
2008	14	*СЫР (ПОРЦИЯМИ)	25	5,70	7,20	0,00	89,00
2010	33	*КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	255	4,00	5,80	29,90	188,00
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	2,40	1,80	13,30	80,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	35	2,60	1,00	17,90	91,00
Итого				14,80	23,80	61,20	521,00
Обед							
2008		МОРКОВЬ (ПОРЦИЯМИ)	33	0,40	0,00	2,30	11,00
2010	8	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	250	5,80	7,50	15,70	153,00
2010	51	*БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	100	13,20	5,80	12,40	155,00
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	185	4,20	6,00	24,60	170,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	12,00	48,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	17	1,30	0,50	8,90	46,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,40	0,40	16,00	76,00
Итого				27,30	20,20	91,90	659,00
Всего				42,10	44,00	153,10	1 180,00

Утверждаю

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

МЕНЮ 29 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)	6	0,00	4,60	0,00	42,00
2011	209	*ЯЙЦО КУРИНОЕ ВАРЁНОЕ	50	6,10	5,60	0,30	76,00
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА»	155	4,90	4,70	23,20	155,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	9,90	40,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	105,00
Итого				14,10	16,10	54,00	418,00
II Завтрак							
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ	129	0,70	0,10	13,00	55,00
Итого				0,70	0,10	13,00	55,00
Обед							
2011	73	*ИКРА КАБАЧКОВАЯ	18	0,20	1,20	1,20	17,00
2010	11	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ И МЯСОМ КОНСЕРВ,	200	5,30	5,80	8,50	107,00
2010	61	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,50	7,40	7,20	159,00
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	4,20	2,90	26,70	150,00
2010	93	*КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	170	0,00	0,00	15,30	61,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,60	10,40	53,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,10	0,30	14,40	69,00
Итого				25,80	18,20	83,70	616,00
Полдник							
2010	108	*ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	6,60	3,80	19,40	138,00
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,10	2,10	15,40	93,00
Итого				9,70	5,90	34,80	231,00
Ужин							
2008		*ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (ПОРЦИЯМИ)		0,00	0,00	0,00	0,00
2011	232	*РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	105	16,60	17,60	2,10	235,00
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	160	3,10	3,60	19,50	123,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	15,10	61,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,60	10,40	53,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,10	0,30	14,40	69,00
Итого				23,50	22,10	61,50	541,00
Ужин 2							
2011	401	*СНЕЖОК	186	5,20	4,60	8,40	105,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,60	10,40	53,00
Итого				6,70	5,20	18,80	158,00
Всего				80,50	67,60	265,80	2 019,00

Утверждаю

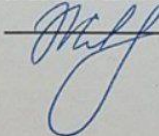
Директор
ГБОУ ЯО "Ярославская школа-интернат № 7" КБК
/Жаворонкова Л.В./

МЕНЮ
29 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)	6	0,00	4,60	0,00	42,00
2011	209	*ЯЙЦО КУРИНОЕ ВАРЁНОЕ	50	6,10	5,60	0,30	76,00
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА»	255	6,00	5,20	35,00	211,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	9,60	39,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	43	3,20	1,30	22,10	113,00
Итого				15,50	16,70	67,00	481,00
II Завтрак							
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ	129	0,70	0,10	13,00	55,00
Итого				0,70	0,10	13,00	55,00
Обед							
2011	73	*ИКРА КАБАЧКОВАЯ	18	0,20	1,20	1,20	17,00
2010	11	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ И МЯСОМ КОНСЕРВ,	250	6,60	6,90	10,50	130,00
2010	61	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ	90	14,10	7,90	8,40	176,00
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	175	5,00	3,30	32,10	179,00
2010	93	*КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	175	0,00	0,00	19,00	76,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	21	1,60	0,60	11,00	56,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,40	0,40	16,40	78,00
Итого				29,90	20,30	98,60	712,00
Всего				46,10	37,10	178,60	1 248,00

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 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)	7	0,00	5,80	0,10	52,00
2008	14	*СЫР (ПОРЦИЯМИ)	35	8,20	10,40	0,00	128,00
2010	35	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	255	3,40	3,80	18,50	122,00
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	1,10	0,90	8,30	46,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	68	5,10	2,00	35,00	178,00
Итого				17,80	22,90	61,90	526,00
Обед							
2011	78	*СЕЛЬДЬ СЛАБОСОЛЁНАЯ (ФИЛЕ ПОРЦИЯМИ)	59	10,40	11,40	0,60	144,00
2010	6	*БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250	1,60	3,30	9,50	74,00
2010	57	*ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	11,10	27,90	23,40	390,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,30	37,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	34	2,60	1,00	17,50	89,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,70	0,30	11,80	56,00
Итого				27,40	43,90	72,10	790,00
Всего				45,20	66,80	134,00	1 316,00

Утверждаю

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

МЕНЮ 30 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)	7	0,00	5,80	0,10	52,00
2008	14	*СЫР (ПОРЦИЯМИ)	36	8,40	10,70	0,00	132,00
2010	35	*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	155	2,60	2,70	12,10	83,00
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	1,10	0,90	8,30	46,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3,00	1,20	20,70	106,00
Итого				15,10	21,30	41,20	419,00
Обед							
2011	78	*СЕЛЬДЬ СЛАБОСОЛЁНАЯ (ФИЛЕ ПОРЦИЯМИ)	28	5,00	5,60	0,30	70,00
2010	6	*БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	1,20	2,40	7,80	58,00
2010	57	*ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	175	9,50	24,30	20,10	338,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,30	37,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,60	10,40	53,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,00	0,20	6,60	32,00
Итого				18,20	33,10	54,50	588,00
Полдник							
2010	93	*ДЖЕМ	15	0,00	0,00	8,10	32,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	33	2,50	1,00	17,00	86,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ*	200	0,10	0,00	6,60	27,00
Итого				2,60	1,00	31,70	145,00
Всего				35,90	55,40	127,40	1 152,00