

Утверждаю

Директор

ГБОУ ЯО "Ярославская школа-интернат № 7" КБК

/Жаворонкова Л.В./

МЕНЮ

7 октября 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	6,20	0,10	56,00
2010	45	*СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	225	37,70	23,60	22,50	452,00
2010	93	*ДЖЕМ	15	0,00	0,00	8,00	32,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ*	200	0,10	0,00	5,00	21,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	46	3,50	1,30	23,80	121,00
Итого				41,30	31,10	59,40	682,00
II Завтрак							
к/к	к/к	*МАНДАРИН	118	0,90	0,20	8,90	45,00
Итого				0,90	0,20	8,90	45,00
Обед							
2011		*КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	25	0,70	0,20	3,60	20,00
2010	7	*ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200	1,70	3,70	7,40	70,00
2010	55	*ГУЛЯШ	90	13,30	14,70	2,90	197,00
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,20	3,30	33,40	184,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,00	44,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,80	0,70	12,00	61,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,80	0,40	19,30	92,00
Итого				25,50	23,00	89,60	668,00
Полдник							
2008		*ПЕЧЕНЬЕ	41	3,10	4,00	38,90	172,00
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	1,90	1,50	11,40	67,00
Итого				5,00	5,50	50,30	239,00
Ужин							
2008		*ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	27	0,30	0,10	1,00	7,00
2010	51	*КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	11,50	5,80	11,20	143,00
2010	78	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	145	2,70	3,60	18,80	119,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	16,10	65,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,80	0,70	12,00	61,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	44	2,80	0,40	19,30	92,00
2008	393	ЛИМОНЫ С САХАРОМ	15	0,10	0,00	5,30	22,00
Итого				19,40	10,60	83,70	509,00
Ужин 2							
2008		*ЙОГУРТ	212	5,90	3,20	23,30	146,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,80	0,70	12,00	61,00
Итого				7,70	3,90	35,30	207,00
Всего				99,80	74,30	327,20	2 350,00

Утверждаю

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

МЕНЮ

7 октября 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	6,20	0,10	56,00
2010	45	*СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	170	27,50	18,10	22,90	365,00
2010	93	*ДЖЕМ	43	0,00	0,00	23,00	92,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ*	200	0,20	0,00	5,20	21,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	45	3,40	1,30	23,20	118,00
Итого				31,10	25,60	74,40	652,00
II Завтрак							
к/к	к/к	*МАНДАРИН	113	0,90	0,20	8,50	43,00
Итого				0,90	0,20	8,50	43,00
Обед							
2011		*КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	25	0,80	0,20	3,60	21,00
2010	7	*ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250	2,00	3,60	9,10	78,00
2010	55	*ГУЛЯШ	95	14,70	16,00	2,70	213,00
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,40	4,80	40,70	231,00
2010	91	*КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	11,10	45,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,70	0,70	11,60	59,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,20	0,30	15,10	72,00
Итого				27,80	25,60	93,90	719,00
Всего				59,80	51,40	176,80	1 414,00

Утверждаю

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

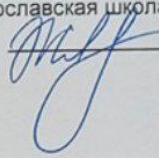
МЕНЮ

8 октября 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	7,40	0,10	67,00
2008	14	*СЫР (ПОРЦИЯМИ)	17	3,90	4,90	0,00	61,00
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ	155	3,90	5,10	14,40	119,00
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	4,30	3,50	15,50	111,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	49	3,70	1,40	25,20	128,00
Итого				15,90	22,30	55,20	486,00
II Завтрак							
2008		*ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	106	0,40	0,40	10,40	50,00
Итого				0,40	0,40	10,40	50,00
Обед							
2008		*ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	25	0,20	0,00	0,40	3,00
2010	10	*СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	200	11,10	5,10	22,50	180,00
2010	47	*РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (ПРИПУЩЕННАЯ)	87	13,50	0,80	0,50	63,00
2011	151	*КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	150	2,80	3,00	22,90	130,00
2011	388	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,20	16,70	82,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	24	1,80	0,70	12,30	63,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,70	0,40	18,50	88,00
Итого				32,70	10,20	93,80	609,00
Полдник							
2008		*ПРЯНИКИ	65	2,00	2,00	48,80	169,00
2008	442	*СОК ЯБЛОЧНЫЙ	203	1,00	0,20	20,50	87,00
Итого				3,00	2,20	69,30	256,00
Ужин							
2011	339	*СВЕКЛА ОТВАРНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	30	0,50	0,00	2,60	12,00
2010	70	*ПЛОВ С ПТИЦЕЙ	255	21,90	26,50	50,50	528,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	14,80	60,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	24	1,80	0,70	12,30	63,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	42	2,70	0,40	18,50	88,00
2008	393	ЛИМОНЫ С САХАРОМ	15	0,10	0,00	4,60	19,00
Итого				27,10	27,60	103,30	770,00
Ужин 2							
2011	401	**СНЕЖОК*	200	5,60	5,00	9,00	113,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	24	1,80	0,70	12,30	63,00
Итого				7,40	5,70	21,30	176,00
Всего				86,50	68,40	353,30	2 347,00

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 октября 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	7,40	0,10	67,00
2008	14	*СЫР (ПОРЦИЯМИ)	24	5,60	7,20	0,00	88,00
2010	34	*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ	255	4,60	6,30	21,20	160,00
2010	98	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	2,20	1,80	11,90	73,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	45	3,40	1,30	23,10	118,00
Итого				15,90	24,00	56,30	506,00
II Завтрак							
2008		*ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	155	0,60	0,60	15,20	73,00
Итого				0,60	0,60	15,20	73,00
Обед							
2008		*ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ (ПОРЦИЯМИ)	27	0,20	0,00	0,50	3,00
2010	10	*СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	250	13,70	6,20	28,20	223,00
2010	47	*РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (ПРИПУЩЕННАЯ)	95	15,00	0,90	0,60	70,00
2011	151	*КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ	180	3,40	4,00	27,60	160,00
2011	388	*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,50	0,20	16,10	79,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	22	1,70	0,70	11,50	59,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,30	0,40	15,20	73,00
Итого				36,80	12,40	99,70	667,00
Всего				53,30	37,00	171,20	1 246,00

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 октября 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	5,00	0,10	45,00
к/к	к/к	*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ)	25	0,70	0,00	1,40	8,00
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	145	15,20	17,40	2,90	229,00
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,90	2,30	11,60	80,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	45	3,40	1,30	23,20	118,00
Итого				22,20	26,00	39,20	480,00
II Завтрак							
2008		БАНАН	173	2,60	0,90	36,30	166,00
Итого				2,60	0,90	36,30	166,00
Обед							
2011	73	*ИКРА КАБАЧКОВАЯ	28	0,30	1,90	1,90	27,00
2010	6	*БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250	2,10	3,80	12,50	93,00
2010	68	*БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	120	20,50	30,10	4,70	372,00
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,60	3,80	41,90	228,00
2008	437	*НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,20	0,20	13,80	58,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	23	1,70	0,70	11,60	59,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,20	0,30	15,10	72,00
Итого				33,60	40,80	101,50	909,00
Всего				58,40	67,70	177,00	1 555,00

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 октября 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	5,00	0,10	45,00
к/к	к/к	*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ (КОНСЕРВИРОВАННЫЙ)	25	0,70	0,00	1,40	8,00
2010	43	*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	14,70	16,50	2,70	218,00
2010	100	*КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,90	4,10	15,00	118,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	39	2,90	1,10	20,10	102,00
Итого				23,20	26,70	39,30	491,00
II Завтрак							
2008		БАНАН	137	2,10	0,70	28,70	131,00
Итого				2,10	0,70	28,70	131,00
Обед							
2011	73	*ИКРА КАБАЧКОВАЯ	28	0,30	1,90	1,90	27,00
2010	6	*БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	1,70	3,10	10,20	76,00
2010	68	*БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРЫ	45/45	14,10	22,80	4,70	280,00
2010	75	*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,50	3,30	34,90	191,00
2008	437	*НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,20	0,20	14,00	59,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,50	0,40	17,20	82,00
Итого				25,80	32,30	93,20	767,00
Полдник							
		*БЛИНЫ БЕЗ НАЧИНКИ	100	3,80	4,40	64,20	166,00
		*МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	17	1,20	1,40	9,20	54,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ*	200	0,10	0,00	5,10	21,00
2008	393	ЛИМОНЫ С САХАРОМ	20	0,10	0,00	7,10	29,00
Итого				5,20	5,80	85,60	270,00
Ужин							
		*ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИЯМИ)	31	0,20	0,00	0,80	4,00
2010	59	*КОТЛЕТА МЯСНАЯ*	85	10,10	23,90	12,90	307,00
2010	83	*РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,80	7,90	19,00	159,00
2010	96	*ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,00	15,80	64,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	39	2,50	0,40	17,20	82,00
Итого				17,30	32,80	76,00	668,00
Ужин 2							
2008		*ЙОГУРТ	189	5,30	2,80	20,80	130,00
2008		*БАТОН ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,00
Итого				6,80	3,40	31,10	182,00
Всего				80,40	101,70	353,90	2 509,00