

Утверждаю
 ООО "Меркурий"
 Яскина Т. Г.
 " 01 " апреля 2022 года

Согласовано
 Директор МБОУ "Школа-интернат"
 Саушкина Н. Г.
 " 01 " апреля 2022 года

Меню
 на " 01 " апреля 2022 г. (4) день
 зимне-весенний период
 7-11 лет

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность, кКал	Цена, руб. коп.
Завтрак							
250	Каша манная вязкая	200	5,80	8,86	26,60	209,55	12-00
93	Хлеб пшеничный с маслом	50	3,77	3,93	25,95	117,50	2-00
495	Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81,00	7-00
	Итого завтрак:	400	11,07	14,09	68,45	408,05	21-00
Завтрак 2							
112	Фрукт Яблоко	200	0,40	0,40	9,80	47,00	16-00
	Итого завтрак 2:	200	0,4	0,4	9,8	47	16-00
Обед							
158	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,06	2,22	14,84	87,60	17-65
381	Шницель из говядины	80	14,24	14,00	11,40	228,80	22-00
429	Картофельное пюре	150	3,15	6,60	16,35	138,00	16-00
507	Компот из яблок	200	0,50	0,20	23,10	96,00	6-00
109	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,30	69,60	2-00
108	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,85	110,00	2-00
	Итого обед:	720	26,39	23,95	103,84	730	65-65
Полдник							
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	4-00
573	Гребешок с повидлом	60	6,00	3,90	49,40	257,00	15-00
	Итого полдник:	260	6,1	3,9	64,4	317	19-00
Ужин							
107	Огурец свежий	60	0,48	0,06	1,02	7,8	7-04
412	Котлета из мяса птицы припущенная	80	11,06	9,12	0,10	126,50	14-00
240	Рис припущенный	150	3,70	6,10	37,30	219,00	10-00
518	Сок	200	0,60	0,20	0,20	136,00	8-00
109	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,30	69,60	2-00
108	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,85	110,00	2-00
	Итого ужин:	580	22,28	16,41	76,77	668,9	43-04
Ужин 2							
516	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100,00	14-00
	Итого ужин 2:	200	5,8	5	8	100	14-00

Старший повар

В. Жандеева