



СОГЛАСОВАННО  
 Директор МБОУ «Школа-интернат»  
 Саушкина Н.Г.  
 «02» февраля 2022 г.



МЕНЮ  
 на «02» февраля 2022 г.  
 зимне-весенний период  
 7-11 лет

ЗАВТРАК

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб. коп.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
250	Каша манная вязкая	150	16-00	209.55	5.80	8.86	26.60
108	Хлеб пшеничный йодированный	50	2-00	117.50	3.80	0.40	24.60
494	Чай с лимоном	200	6-00	61.00	0.10	0.00	15.20
55	Салат из свеклы с сыром	60	10-04	88.80	1.68	7.26	4.26
<b>Итого завтрак:</b>		<b>460</b>	<b>34-04</b>	<b>476,85</b>	<b>11,38</b>	<b>16,52</b>	<b>70,66</b>

ЗАВТРАК 2

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб. коп.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
493	Чай с сахаром	200	4-00	39.90	0.00	0.00	10.00
566	Булочка слобная	80	12-00	388.00	7.50	16.50	52.40
<b>Итого завтрак 2:</b>		<b>280</b>	<b>16-00</b>	<b>427,90</b>	<b>7,50</b>	<b>16,50</b>	<b>62,40</b>

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб. коп.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
107	Овощи свежие (огурцы)	60	9-65	6.78	0.42	0.06	1.14
156	Суп картофельный с лапшой	200	12-00	94.86	2.11	2.38	16.25
372	Биточек из птицы	90	20-00	231.30	20.30	12.50	9.30
423	Капуста тушеная	150	14-00	114.66	3.58	5.83	11.97
512	Компот из кураги	200	9-00	54.09	0.78	0.05	12.64
108	Хлеб пшеничный йодированный	60	2-00	140.64	4.56	0.48	29.52
109	Хлеб ржаной	50	2-00	86.60	3.30	0.60	17.00
<b>Итого обед:</b>		<b>810</b>	<b>68-65</b>	<b>728,93</b>	<b>35,05</b>	<b>21,90</b>	<b>97,82</b>

УЖИН

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб. коп.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
372	Голубцы Ленивые	100	19-00	125.00	8.50	8.30	4.00
294	Макаронь отварные с овощами	200	16-00	232.00	4.00	10.40	30.70
495	Чай с молоком	200	6-00	81.00	1.50	1.30	15.90
109	Хлеб ржаной	40	2-00	69.60	2.64	0.48	13.30
108	Хлеб пшеничный йодированный	50	2-00	110.00	3.80	0.45	24.85
<b>Итого ужин:</b>		<b>590</b>	<b>45-00</b>	<b>617,60</b>	<b>20,44</b>	<b>20,93</b>	<b>88,75</b>

УЖИН 2

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб. коп.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
112	Фрукты	100	15-00	47.00	0.40	0.40	9.80
<b>Итого ужин 2:</b>		<b>100</b>	<b>15-00</b>	<b>47,00</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>

Старший повар *А. Маудеева*