

Утверждаю
 ООО "Меркурий"
 Яскина Т. Г.
 "06" мая 2022 года

Согласовано
 Директор МБОУ "Школа-интернат"
 Саушкина Н. Г.
 "06" мая 2022 года

Меню
 на "06" мая 2022 г. (10) день
 зимне-весенний период

7-11 лет

| № рецепта | Наименование блюда | Выход блюда, г | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность, кКал | Цена, руб. коп. |
|------------------|--|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------------|-----------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 264 | Каша пшеничная молочная жидкая | 150 | 5,50 | 5,60 | 27,37 | 182,25 | 14-00 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,50 | 2-00 |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 0,10 | 0,00 | 15,00 | 60,00 | 4-00 |
| | Итого завтрак: | 400 | 9,4 | 6 | 66,97 | 359,75 | 20-00 |
| Завтрак 2 | | | | | | | |
| 112 | Фрукт | 200 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 18-00 |
| | Итого завтрак 2: | 200 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 18-00 |
| Обед | | | | | | | |
| 161 | Суп-поре из разных овощей | 200 | 2,34 | 4,02 | 10,60 | 88,20 | 16-00 |
| 381 | Котлета из говядины | 80 | 14,24 | 14,00 | 11,40 | 228,80 | 21-00 |
| 237 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,55 | 7,80 | 37,00 | 253,05 | 12-65 |
| 518 | Сок | 200 | 0,60 | 0,20 | 0,20 | 136,00 | 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 | 32,17 | 26,95 | 97,35 | 885,65 | 59-65 |
| Полдник | | | | | | | |
| 503 | Кисель | 200 | 1,40 | 0,00 | 29,00 | 122,00 | 7-00 |
| | Кондитерское изделие | 50 | 10,10 | 23,60 | 24,60 | 351,00 | 18-00 |
| | Итого полдник: | 250 | 11,5 | 23,6 | 53,6 | 473 | 25-00 |
| Ужин | | | | | | | |
| 4 | Салат из белокочанной капусты с морковью | 60 | 0,96 | 6,06 | 5,76 | 81,6 | 7-00 |
| 337 | Биточек из рыбы | 100 | 16,00 | 4,80 | 2,60 | 118,00 | 15-00 |
| 255 | Каша ячневая | 150 | 4,80 | 8,55 | 26,82 | 203,40 | 12-00 |
| 493 | Чай с сахаром | 200 | 0,10 | 0,00 | 15,00 | 60,00 | 4-00 |
| 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: | 600 | 28,3 | 20,34 | 88,33 | 642,6 | 42-00 |
| Ужин 2 | | | | | | | |
| 516 | Ряженка | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 112,00 | 14-00 |
| | Итого ужин 2: | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 112 | 14-00 |

Старший повар В. Кандеева