

Утверждаю  
 ООО "Меркурий"  
 Яскина Т. Г.  
 "11" марта 2022 года



Согласовано  
 Директор МБОУ "Школа-интернат"  
 Документ Саушкина Н. Г.  
 "11" марта 2022 года



Меню  
 на "11" марта 2022 г. ( 5 ) день

зимне-весенний период  
 7-11 лет

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность, кКал	Цена, руб. коп.
<b>Завтрак</b>							
313	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	16,80	17,64	16,73	297,50	9-00
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
10	Салат из моркови с изюмом	60	0,72	0,06	13,56	57,60	6-04
	<b>Итого завтрак:</b>		<b>21,42</b>	<b>18,1</b>	<b>69,89</b>	<b>532,6</b>	<b>21-04</b>
<b>Завтрак 2</b>							
112	Фрукт Яблоко	200	0,40	0,40	9,80	47,00	16-00
	<b>Итого завтрак 2:</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>16-00</b>
<b>Обед</b>							
115	Икра кабачковая (пром.произ-ва)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	7-65
128	Борщ из свежей капусты	250	1,65	4,85	7,00	78,25	12-00
367	Гуляш из мяса птицы	100	20,60	22,00	4,20	297,00	29-00
291	Макаронные отварные	150	5,60	0,67	29,00	144,90	8-00
519	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	5-00
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
	<b>Итого обед:</b>	<b>810</b>	<b>33,49</b>	<b>33,61</b>	<b>92,47</b>	<b>798,55</b>	<b>65-65</b>
<b>Полдник</b>							
503	Кисель	200	1,40	0,00	29,00	122,00	6-00
549	Пицца школьная	100	10,20	10,80	30,20	259,00	13-00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>300</b>	<b>11,6</b>	<b>10,8</b>	<b>59,2</b>	<b>381</b>	<b>19-00</b>
<b>Ужин</b>							
334	Кнели рыбные	80	9,52	0,98	3,85	62,30	18-00
448	Соус белый	40	0,40	1,60	2,30	25,90	2-00
243	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,49	6,96	38,52	242,70	12-00
494	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	3-00
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
	<b>Итого ужин:</b>	<b>470</b>	<b>16,51</b>	<b>9,54</b>	<b>59,87</b>	<b>391,9</b>	<b>41-00</b>
<b>Ужин 2</b>							
516	Ряженка	200	5,80	5,00	8,00	100,00	16-00
	<b>Итого ужин 2:</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>16-00</b>

Старший повар

*В. Каудеева*