

УТВЕРЖДАЮ
ООО «Меркурий»

Яскина Т.Г.
«11» февраля 2022 г.

СОГЛАСОВАННО

Директор МБОУ «Школа-интернат»
Саушкина Н.Г.

«11» февраля 2022 г.
Документов

М Е Н О
на «11» февраля 2022 г.
зимне-весенний период
7-11 лет

ЗАВТРАК

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
313	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	42-00	297,50	16,80	17,64	16,73
108	Хлеб пшеничный йодированный	50	2-00	117,50	3,80	0,40	24,60
493	Чай с сахаром	200	2-00	60,00	0,10	0,00	15,00
10	Салат из моркови с изюмом	60	8-00	57,60	0,72	0,06	13,56
	Итого завтрак:	460	54-00	532,60	21,42	18,10	69,89

ЗАВТРАК 2

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
503	Кисель	200	6-00	107,00	1,40	0	29
549	Пицца	100	15-00	250,00	10,20	10,80	30,20
	Итого завтрак 2:	300	21-00	357,00	11,60	10,80	59,20

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
1	Салат из белокочанной капусты	60	9-65	107,8	1,05	3,66	5,91
150	Суп картофельный с рыбой	200	13-00	146,33	8,14	4,12	15,91
411	Кнели из мяса птицы с рисом	60	22-00	103,91	20,51	4,43	6,99
291	Макаронные изделия отварные	150	10-00	225,11	5,64	6,27	36,52
494	Чай с лимоном	200	5-00	41,11	0,06	0,01	10,20
108	Хлеб пшеничный йодированный	60	2-00	136,64	4,56	0,48	29,52
109	Хлеб ржаной	50	2-00	97,60	3,30	0,60	17,00
	Итого обед:	810	63-65	810,48	43,26	19,57	122,05

УЖИН

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
334	Кнели рыбные	80	62-00	62,00	9,52	0,98	3,85
448	Соус белый	40	5-00	5,00	0,40	1,60	2,30
243	Каша пшеничная рассыпчатая	150	11-00	110,00	6,49	6,96	38,52
494	Чай с лимоном	200	5-00	41,11	0,10	0,00	15,20
109	Хлеб ржаной	40	6-00	60,00	2,64	0,48	13,30
108	Хлеб пшеничный йодированный	50	11-00	110,00	3,80	0,45	24,85
	Итого ужин:	560	90-00	379,50	22,95	10,47	98,02

УЖИН 2

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
516	Кефир	200	10-00	100,00	5,80	5,00	8,00
	Итого ужин 2:	200	10-00	100,00	5,80	5,00	8,00

Составитель: новар

В. Кандеева