

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

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

Меню
 на "13" мая 2022 г. (5) день
 зимне-весенний период

7-11 лет

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность, кКал	Цена, руб. коп.
Завтрак							
313	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	16,80	17,64	16,73	297,50	13-00
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	2-00
	Итого завтрак:	350	16,9	17,64	31,73	357,5	19-00
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							
128	Борщ из свежей капусты	250	1,65	4,85	7,00	78,25	16-00
389	Тефтели из говядины паровые	80	11,04	10,16	6,96	163,20	24-00
291	Макароны отварные	150	5,60	0,67	29,00	144,90	14-65
519	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	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:						64-65
Полдник							
503	Кисель	200	1,40	0,00	29,00	122,00	8-00
	Кондитерское изделие	50	10,20	10,80	30,20	259,00	12-00
	Итого полдник:	250	11,6	10,8	59,2	381	20-00
Ужин							
115	Икра кабачковая (пром.произ-ва)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	5-00
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	3-00
243	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,49	6,96	38,52	242,70	9-00
494	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	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 ужин:	620	24,09	15,81	102,64	642,9	43-00
Ужин 2							
516	Ряженка	200	5,80	5,00	8,00	100,00	14-00
	Итого ужин 2:	200	5,8	5	8	100	14-00

Старший повар

К. Кандеева