

УТВЕРЖДАЮ
 ООО «Меркурий»
 Яскина Т.Г.
 «16» февраля 2022 г.



СОГЛАСОВАННО
 Директор МБОУ «Школа-интернат»
 Саудкина Н.А.
 «16» февраля 2022 г.



МЕНЮ
 на «16» 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	10-00	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	5-00	61,00	0,10	0,00	15,20
55	Салат из свеклы с сыром	60	9-04	88,80	1,68	7,26	4,26
	Итого завтрак:	460	26-04	476,85	11,38	16,52	70,66

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 сдобная	80	16-00	388,00	7,50	16,50	52,40
	Итого завтрак 2:	280	20-00	427,90	7,50	16,50	62,40

ОБЕД

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб. коп.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
107	Овощи свежие (огурцы)	60	8-65	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	18-00	231,30	20,30	12,50	9,30
423	Капуста тушеная	150	13-00	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
	Итого обед:	810	64-65	728,93	35,05	21,90	97,82

УЖИН

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб. коп.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
372	Голубцы Ленивые	100	25-00	125,00	8,50	8,30	4,00
294	Макароны отварные с овощами	200	15-00	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
	Итого ужин:	590	50-00	617,60	20,44	20,93	88,75

УЖИН 2

№ рец.	Наименование блюда	Выход блюда, г	Цена, руб. коп.	Калорийность, кКал	Белки	Жиры	Углеводы
112	Фрукты	100	18-00	47,00	0,40	0,40	9,80
	Итого ужин 2:	100	18-00	47,00	0,40	0,40	9,80

Старший повар

В. Кандеба