

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

Согласовано  
 Для документа  
 Директор МБОУ "Школа-интернат"  
 Саушкина Н. Г.  
 "17" мая 2022 года

Меню  
 на "17" мая 2022 г. ( 7 ) день  
 зимне-весенний период

7-11 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Выход блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность, кКал	Цена, руб.
<b>Завтрак</b>							
248	Каша пшеничная молочная с маслом	200	6,87	9,66	24,45	212,25	12-00
108	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	4-00
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	2-00
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>450</b>	<b>10,77</b>	<b>10,06</b>	<b>64,05</b>	<b>389,75</b>	<b>18-00</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>							
149	Суп картофельный с фрикадельками мясными	200	1,76	2,36	11,76	75,40	18-00
291	Рожки отварные	150	5,60	0,67	29,00	144,90	12-65
372	Голубцы ленивые	80	7,60	7,30	3,50	115,00	26-00
510	Компот из апельсинов с яблоками	200	0,50	0,20	22,20	93,00	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
	<b>Итого обед:</b>	<b>720</b>	<b>21,9</b>	<b>11,46</b>	<b>104,61</b>	<b>607,9</b>	<b>66-65</b>
<b>Полдник</b>							
502	Кисель из клюквы	200	0,1	0	23	96	5-00
566	Булочка молочная	50	4,8	1,1	28,1	142	13-00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>250</b>	<b>4,9</b>	<b>1,1</b>	<b>51,1</b>	<b>238</b>	<b>18-00</b>
<b>Ужин</b>							
107	Помидор свежий	60	0,48	0,06	1,02	7,8	7-04
346	Котлета рыбные	80	9,76	2,88	4,96	84,80	17-00
429	Картофельное пюре	150	3,15	6,60	16,35	533,40	13-00
494	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	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 ужин:</b>	<b>580</b>	<b>19,93</b>	<b>10,47</b>	<b>75,68</b>	<b>866,6</b>	<b>46-04</b>
<b>Ужин 2</b>							
516	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	100,00	14-00
	<b>Итого ужин 2:</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>100</b>	<b>14-00</b>

Старший повар

*Н. Саушкина*