

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

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

Меню
 на "18" мая 2022 г. (8) день
 зимне-весенний период

7-11 лет

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность, кКал	Цена, руб. коп.
Завтрак							
250	Каша манная вязкая	200	5,80	8,86	26,60	209,55	14-00
108	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	2-00
494	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	5-00
	Итого завтрак:	450	9,7	9,26	66,4	388,05	21-00
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							
139	Щи из квашеной капусты с картофелем	200	1,66	3,96	4,70	59,40	15-00
345	Биточки рыбные	80	11,12	1,68	7,68	90,40	20-00
429	Картофельное пюре	150	3,15	6,60	16,35	138,00	19-65
512	Компот из изюма	200	0,30	0,00	20,10	81,00	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:	720	22,67	13,17	86,98	548,4	64-65
Полдник							
516	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	4-00
	Кондитерское изделие	50	7,50	16,50	52,40	388,00	16-00
	Итого полдник:	250	7,6	16,5	67,4	448	20-00
Ужин							
69	Салат овощной с зеленым горошком	60	1,68	4,26	5,46	66,6	6-04
412	Котлета куриная	80	10,50	7,50	6,50	132,00	17-00
291	Макаронные изделия отварные	150	5,60	0,67	29,00	144,90	10-00
495	Чай с молоком	200	1,50	1,30	15,90	81,00	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:	580	25,72	14,66	95,01	604,1	37-04
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

А. Кандеева