

Утверждаю  
 ООО "Меркурий"  
 Яскина Т. Г.  
 "20" апреля 2022 года

Согласовано  
 Директор МБОУ "Школа-интернат"  
 Саушкина Н. Г.  
 "20" апреля 2022 года

Меню  
 на "20" апреля 2022 г. ( 8 ) день  
 зимне-весенний период  
 7-11 лет

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность, кКал	Цена, руб. коп.
<b>Завтрак</b>							
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
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>450</b>	<b>9,7</b>	<b>9,26</b>	<b>66,4</b>	<b>388,05</b>	<b>21-00</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>							
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
	<b>Итого обед:</b>	<b>720</b>	<b>22,67</b>	<b>13,17</b>	<b>86,98</b>	<b>548,4</b>	<b>64-65</b>
<b>Полдник</b>							
516	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	1-00
	Кондитерское изделие	50	7,50	16,50	52,40	388,00	16-00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>250</b>	<b>7,6</b>	<b>16,5</b>	<b>67,4</b>	<b>448</b>	<b>20-00</b>
<b>Ужин</b>							
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
	<b>Итого ужин:</b>	<b>580</b>	<b>25,72</b>	<b>14,66</b>	<b>95,01</b>	<b>604,1</b>	<b>37-04</b>
<b>Ужин 2</b>							
516	Ряженка	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

*Наугеева*