

Утверждаю  
 ООО "Меркурий"  
 Яскина Т. Г.  
 " " 202\_\_ года

Согласовано  
 Директор МБОУ "Никола-интернат"  
 Саушкина Н. Г.  
 " " 202\_\_ года

Меню  
 на " " 202\_\_ г. ( 2 ) день

зимне-весенний период

7-11 лет

**Завтрак**

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность, кКал	Цена, руб.
266	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	5,37	7,05	21,60	171,30	11-00
108	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5	2-00
496	Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	7-00
51	Салат из свеклы и моркови	60	0,78	6,03	4,26	76,20	6-00
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>510</b>	<b>13,55</b>	<b>16,78</b>	<b>75,46</b>	<b>509,0</b>	<b>26-00</b>

**Завтрак 2**

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>47,0</b>	<b>16-00</b>

**Обед**

107	Огурец соленый	60	0,66	0,06	2,1	12	8-65
144	Суп картофельный с бобовыми	200	1,84	3,40	12,10	86,40	14-00
381	Шницель из говядины	80	14,24	14,00	11,40	228,80	19-00
423	Капуста тушеная	150	5,50	5,40	5,85	94,50	15-00
509	Компот из яблок с лимоном	200	0,30	0,20	25,10	103,00	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>780</b>	<b>28,98</b>	<b>23,99</b>	<b>94,7</b>	<b>704,3</b>	<b>66-65</b>

**Полдник**

503	Кисель из концентрата ягодного	200	1,40	0,00	29,00	122,00	
564	Булочка домашняя	60	4,50	7,80	36,20	233,00	
	<b>Итого полдник:</b>	<b>260</b>	<b>5,9</b>	<b>7,8</b>	<b>65,2</b>	<b>355,0</b>	

**Ужин**

377	Картофельная запеканка с мясом	200	23,30	23,50	18,90	380,00	
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	
109	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,30	69,60	
108	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	24,85	110,00	
	<b>Итого ужин:</b>	<b>490</b>	<b>29,84</b>	<b>24,43</b>	<b>72,05</b>	<b>619,6</b>	<b>0</b>

**Ужин 2**

516	Ряженка	200	5,80	5,00	8,00	100,00	
	<b>Итого ужин 2:</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>100,0</b>	

Старший повар

*С. Кандалева*