

Утверждаю
 ООО "Меркурий"
 Яскина Т. Г.
 "25" февраля 2022 года

Согласовано
 Директор МБОУ "Школа-интернат"
 Саушкина Н. Г.
 "25" февраля 2022 года

Меню
 на "25" февраля 2022 г. (5) день
 зимне-весенний период

7-11 лет

Завтрак

№ рецеп	Наименование блюда	Выход блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность, кКал	р. н. ед.
313	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	16,80	17,64	16,73	297,50	36-00
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	2-00
108						60,00	4-00
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	57,60	6-04
10	Салат из моркови с изюмом	60	0,72	0,06	13,56	532,6	4804
	Итого завтрак:		21,42	18,1	69,89		

Завтрак 2

112	Фрукт Яблоко	200	0,40	0,40	9,80	47,00	15-00
	Итого завтрак 2:	200	0,4	0,4	9,8	47	15-00

Обед

115	Икра кабачковая (пром.произ-ва)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	8-65
128	Борщ из свежей капусты	250	1,65	4,85	7,00	78,25	12-00
367	Гуляш из мяса птицы	100	20,60	22,00	4,20	297,00	26-00
291	Макароны отварные	150	5,60	0,67	29,00	144,90	8-00
519	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	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:	810	33,49	33,61	92,47	798,55	64-65

Полдник

503	Кисель	200	1,40	0,00	29,00	122,00	7-00
549	Пицца школьная	100	10,20	10,80	30,20	259,00	13-00
	Итого полдник:	300	11,6	10,8	59,2	381	20-00

Ужин

334	Кнели рыбные	80	9,52	0,98	3,85	62,30	
448	Соус белый	40	0,40	1,60	2,30	25,90	3-00
243	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,49	6,96	38,52	242,70	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
	Итого ужин:	470	16,51	9,54	59,87	391,9	

Ужин 2

516	Ряженка	200	5,80	5,00	8,00	100,00	
	Итого ужин 2:	200	5,8	5	8	100	0

Старший повар

Л. Саушкина