

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

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

Меню  
 на "25" апреля 2022 г. (1) день  
 зимне-весенний период  
 7-11 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность, кКал	Цена, руб. коп.
<b>Завтрак</b>							
267	Каша пшеничная молочная жидкая	200	5,85	7,09	26,85	212,70	14-00
108	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	2-00
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	4-00
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>450</b>	<b>9,75</b>	<b>7,49</b>	<b>66,45</b>	<b>390,2</b>	<b>20-00</b>
<b>Завтрак 2</b>							
112	Фрукт Яблоко	200	0,40	0,40	9,80	47,00	18-00
	<b>Итого завтрак 2:</b>	<b>200</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>18-00</b>
<b>Обед</b>							
142	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,40	3,98	6,22	66,40	16-00
412	Котлета куриная	80	10,50	7,50	6,50	132,00	20-00
291	Макаронные изделия отварные	150	5,60	0,67	29,00	144,90	13-65
508	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	27,00	110,00	8-00
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>720,00</b>	<b>24,44</b>	<b>13,08</b>	<b>106,87</b>	<b>632,90</b>	<b>61-65</b>
<b>Полдник</b>							
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	4-00
	Кондитерское изделие	50	16,80	19,00	26,20	343,50	19-00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>250</b>	<b>16,9</b>	<b>19</b>	<b>41,2</b>	<b>403,5</b>	<b>23-00</b>
<b>Ужин</b>							
4	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,96	6,06	5,76	81,6	8-04
346	Котлета рыбные	80	9,76	2,88	4,96	84,80	11-00
429	Картофельное пюре	150	3,15	6,60	16,35	138,00	14-00
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>20,41</b>	<b>16,47</b>	<b>80,42</b>	<b>545</b>	<b>42-04</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 В. Кандеева