

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

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

Меню  
 на "27" апреля 2022 г. ( 3 ) день  
 зимне-весенний период

7-11 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Выход блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность, кКал	Цена, руб. коп.
<b>Завтрак</b>							
268	Каша рисовая молочная жидкая	200	4,15	6,47	24,30	172,05	13-00
90	Хлеб пшеничный	50	8,70	12,35	12,80	198,90	2-00
501	Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,90	79,00	5-00
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>450</b>	<b>16,05</b>	<b>21,52</b>	<b>53</b>	<b>449,95</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>							
132	Рассольник домашний	200	1,66	4,16	10,24	85,00	16-00
386	Зраза домашняя с яйцом	80	12,00	9,44	4,64	152,00	22-00
237	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,80	37,00	253,05	12-65
512	Компот из кураги	200	0,30	0,00	20,10	81,00	7-00
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>28,95</b>	<b>22,33</b>	<b>110,13</b>	<b>750,65</b>	<b>61-65</b>
<b>Полдник</b>							
518	Сок	200	0,60	0,20	0,20	136,00	6-00
	Кондитерское изделие	50	3,60	1,70	22,20	118,00	17-00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>250</b>	<b>4,2</b>	<b>1,9</b>	<b>22,4</b>	<b>254</b>	<b>23-00</b>
<b>Ужин</b>							
2	Салат витаминный	60	0,66	6,06	6,36	82,8	6-04
381	Котлета из говядины	80	14,24	14	11,4	228,8	16-00
429	Картофельное пюре	150	3,15	6,60	16,35	138,00	12-00
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	4-00
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>24,59</b>	<b>27,59</b>	<b>87,26</b>	<b>689,2</b>	<b>42-04</b>
<b>Ужин 2</b>							
516	Йогурт	200	5,80	5,00	8,00	112,00	14-00
	<b>Итого ужин 2:</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>112,0</b>	<b>14-00</b>

Старший повар

*В. Кандеева*