

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



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



Меню  
на "29" апреля 2022 г. ( 5 ) день  
зимне-весенний период

7-11 лет

№ рец	Наименование блюда	Выход блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность, кКал	Цена, руб. коп.
<b>Завтрак</b>							
313	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	16,80	17,64	16,73	297,50	15-00
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	9-00
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>350</b>	<b>16,9</b>	<b>17,64</b>	<b>31,73</b>	<b>357,5</b>	<b>19-00</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>							
128	Борщ из свежей капусты	250	1,65	4,85	7,00	78,25	16-00
389	Тефтели из говядины паровые	80	11,04	10,16	6,96	163,20	24-00
291	Макароны отварные	150	5,60	0,67	29,00	144,90	14-65
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
	<b>Итого обед:</b>						<b>64-65</b>
<b>Полдник</b>							
503	Кисель	200	1,40	0,00	29,00	122,00	8-00
	Кондитерское изделие	50	10,20	10,80	30,20	259,00	12-00
	<b>Итого полдник:</b>	<b>250</b>	<b>11,6</b>	<b>10,8</b>	<b>59,2</b>	<b>381</b>	<b>20-00</b>
<b>Ужин</b>							
115	Икра кабачковая (пром.произ-ва)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	5-00
334	Кнели рыбные	80	9,52	0,98	3,85	62,30	12-00
448	Соус белый	40	0,40	1,60	2,30	25,90	3-04
243	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,49	6,96	38,52	242,70	9-00
494	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00	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>620</b>	<b>24,09</b>	<b>15,81</b>	<b>102,64</b>	<b>642,9</b>	<b>45-04</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

*В. Каледеева*