

Утверждаю  
 Директора ГБОУ Республики Марий Эл  
 «Косолаповская школа-интернат»  
*Маликина* Е.А.Малинкина

**МЕНЮ**  
 на « 12 » ноября 2020 г.

Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>					
<i>манго сливовое</i>	<i>20</i>	<i>0,2</i>	<i>14,4</i>	<i>0,2</i>	<i>132</i>
<i>Каша перловая</i>	<i>5/100</i>	<i>7,4</i>	<i>11,0</i>	<i>39,7</i>	<i>231</i>
<i>Корейская морковь</i>	<i>200</i>	<i>2,5</i>	<i>3,6</i>	<i>29,7</i>	<i>152</i>
<i>Кефир обезжиренный</i>	<i>75</i>	<i>6,9</i>	<i>0,8</i>	<i>36,0</i>	<i>179</i>
<i>Пряники</i>	<i>30</i>	<i>2,5</i>	<i>2,8</i>	<i>37,5</i>	<i>183</i>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>					
<i>Творожок „Домашний“</i>	<i>60</i>	<i>4,8</i>	<i>3,1</i>	<i>36,6</i>	<i>196</i>
<i>Яблоко, виноград</i>	<i>200</i>	<i>-</i>	<i>-</i>	<i>22,0</i>	<i>90</i>
<b>ОБЕД</b>					
<b>ПОЛДНИК</b>					
<b>УЖИН</b>					

Дето-день:  
 Диетсестра: *Виноградова* Повар: *Тасмина*