

Утверждаю

ГБОУ "Тляче-Тамакская школа-интернат"
/Шамилова Л.Х./

МЕНЮ

25 декабря 2021 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	9,61	5,3	10,8	25,4	220
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	12,00	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,08	3,3	2,7	24,3	136
Итого		27,69	15,3	30,9	92,3	710
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	16,93	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,31	6,6	0,9	42,4	204
Итого		25,69	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	37,11	17,4	16,6	38,2	381
РИС ОТВАРНОЙ	180	5,01	1,7	8,3	17,9	153
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (2шт)	50/50	23,16	12,8	10,9	9,8	187
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	1,65	1	2	5,8	47
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	4,79	0,7	5	11,4	95
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,69			18,6	75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,31	6,6	0,9	42,4	204
Итого		78,72	40,2	43,7	144,1	1142
Полдник II						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	9,77	5,6	4,9	9,3	105
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,25	3	3,9	29,8	167
Итого		13,02	8,6	8,8	39,1	272
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,20	3,9	8,6	24,1	187
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	19,24	10,8	6,8		105
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	5,38	0,5		15,8	67
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,31	6,6	0,9	42,4	204
Итого		34,12	21,8	16,3	82,3	563
Всего		179,24	94,6	101,9	445,7	3098

Бухгалтер (калькулятор)

Сабинова Р.А.

Медицинская сестра

Давлетшина Г.А.