

Утверждаю

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

МЕНЮ

14 января 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	201/25	57,13	35,8	14	35,2	411
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	12,01	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	1,18	3,3	2,7	24,3	135
Итого		70,32	45,8	34,1	102,1	900
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,46	1	0,2	20,2	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,78	7,6	1,1	62,6	290
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	200/20	36,59	16,4	17,6	24,6	335
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	180	5,06	8,9	8,1	18,6	183
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ 2шт)	50/50	22,89	12,1	16,6	9,8	236
САЛАТ "СВЕКОЛКА" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	4,92	1,7	5,4	10,3	97
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,69			18,7	75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		76,48	45,7	48,6	124,4	1130
Полдник II						
КЕФИР	200	17,32	7,3	6,3	10	133
ВАФЛИ	40	4,70	1,1	1,3	30,9	142
Итого		22,02	8,4	7,6	40,9	275
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,14	5,9	7,5	23,7	187
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,70	9,8	6,4	3,6	112
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,38	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,54	24,2	16,1	92,2	612
Всего		204,15	131,7	107,5	422,2	3207

Бухгалтер (калькулятор)

Сабилова Р.А.

Медицинская сестра

Давлетшина Г.А.

