



Утверждаю

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

МЕНЮ **7 февраля 2022 г.**

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/30	44,08	34,5	10,3	36,4	379
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,29	3,4	2,7	24,3	136
Итого		64,18	44,6	29,9	103,3	864
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	22,37	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,15	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП- ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ	200	22,25	17,9	14,4	30,7	324
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	180	6,40	8	9,2	16,5	180
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	5,30	1,6	9	14,8	147
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,50			14,2	57
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		55,95	46,9	46,5	118,6	1080
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,25	3	3,9	29,8	167
Итого		20,63	10,3	10,2	39,8	300
Ужин						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	10,97	4,6	10,8	22,8	206
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	23,46	10	12,5	4,4	171
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,72	2,2	1,6	23,2	117
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		43,47	23,4	25,8	92,8	698
Всего		215,39	134,6	113,9	432,8	3315

Бухгалтер (калькулятор) соф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дж Давлетшина Г.А.