

Утверждаю

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

МЕНЮ

17 февраля 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/30	49,25	35	13,7	34,7	405
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	16,9	42,6	349
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,42	3	2,4	25,2	135
Итого		69,47	44,7	33	102,5	889
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	22,37	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,15	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/20	36,86	15,8	18,1	23,3	331
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	181	6,12	3,9	8,6	24,3	188
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (2 шт)	40/40	25,57	12,5	13,2	8,5	203
САЛАТ "СТЕПНОЙ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	7,83	2,3	5,6	11,5	108
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,74			18,7	75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		83,43	41,1	46,4	128,7	1109
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,77	7,4	6,4	10,7	138
ВАФЛИ	40	4,70	1,1	1,3	30,9	142
Итого		24,47	8,5	7,7	41,6	280
Ужин						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	8,43	5,6	7	26,3	192
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	20,37	9,6	9,4	2,4	134
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,41	0,4		19,5	80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		34,54	22,2	17,3	90,6	610
Всего		243,07	125,9	105,9	441,7	3261

Бухгалтер (калькулятор) С.С. Сабинова Р.А.

Медицинская сестра Д.С. Давлетшина Г.А.