

Утверждаю



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

МЕНЮ 18 февраля 2022 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	10,69	5,3	10,8	25,8	222
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,3	23,2	42,6	426
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,80	4,9	4,5	0,3	61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,38	3	2,4	25	134
Итого		48,28	24,5	40,9	93,7	843
Полдник						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	260	15,16	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		23,94	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/20	32,74	15,5	18,6	26,2	344
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ	220	26,66	13,5	12,9	18,7	245
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	60	3,50	1,2	1,9	6,7	49
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	2,54			14,8	59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		69,77	36,8	34,3	108,8	901
Полдник II						
КЕФИР	200	17,76	7,4	6,4	10,2	135
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	26,67	25,5	10,8	62,7	453
Итого		44,43	32,9	17,2	72,9	588
Ужин						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	18,01	5,2	13,4	20,6	227
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,85	9,2	4,5		78
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,44	0,5		20,5	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		42,62	21,5	18,8	83,5	594
Всего		229,03	124,4	113,4	446,8	3337

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.