

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

МЕНЮ 22 февраля 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	24,87	11,5	18,4	3	221
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,42	3	2,4	25,2	135
Итого		53,70	25,7	43,8	70,8	779
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,8	86
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	78,5	376
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	200/25	38,60	16,3	15,4	24,3	314
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	180	3,58	3,8	4,3	24,2	150
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,54	1,6	1,9	8,6	60
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/40	24,91	11,3	18,4	2	218
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	2,50	0,6	0,1	1,3	10
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	2,79			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		79,25	40,2	41	122,2	1033
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	23,83	24,2	6,3	61,5	403
Итого		41,22	31,5	12,6	71,5	536
Ужин						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	10,65	5,7	10,8	26,4	226
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,98	9,2	5,6		88
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,34	0,5		18,6	78
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		35,29	22	17,3	87,4	596
Всего		240,60	128,8	116,2	430,4	3320

Бухгалтер (калькулятор) соф Сабинова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.