

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 марта 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	39,37	33,7	13,9	37,4	414
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	5,78	3,3	2,7	14,6	97
Итого		58,95	43,7	34	94,6	865
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	260	11,14	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		20,09	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	40,47	17,4	17,8	36,6	388
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	220	28,94	13,3	16,9	21,8	293
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	100	3,22	1	5,2	5	71
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,31			34,2	137
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		79,26	38,3	40,8	140	1093
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ВАФЛИ	40	4,70	1,1	1,3	30,9	142
Итого		24,06	8,4	7,6	41,4	277
Ужин						
КАША ПШОННАЯ	180	10,57	5,6	10,7	26,9	227
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	50/50	24,56	12,2	9,3	6,1	156
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,43	0,5		20,5	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		42,88	24,9	20,9	95,9	672
Всего		225,25	124	105,5	459,8	3318

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.