

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 марта 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	10,66	5,3	10,8	25,4	220
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,33	3,3	2,7	25,3	139
Итого		21,32	15,2	14,4	93,1	563
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,95	7,6	1,1	62	287
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	29,82	17,5	26,9	21,8	411
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	180	13,20	3,9	20,5	24,2	296
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,78			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		65,31	40,8	61,3	107,8	1156
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 ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	8,25	5,5	6,7	25,9	187
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	18,96	10,1	10,3	4,9	154
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,35	0,5		19,5	81
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		34,88	22,7	17,9	92,7	626
Всего		154,52	94,7	102,3	397	2909

Бухгалтер (калькулятор) с.с. - Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Д.А. Давлетшина Г.А.