

Утверждаю

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

МЕНЮ
26 апреля 2022 г.
7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая 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	18,09	11,2	23	42,6	423
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,38	3,2	2,7	24,3	135
Итого		49,33	25,9	44,1	69,9	779
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	0,00	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	26,32	18	26	29,9	435
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	17,15	5,1	10,1	30,8	233
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	1,72	0,5		25,5	106
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		60,37	43	50	128,6	1146
Полдник II						
КЕФИР	200	17,76	7,4	6,4	10,2	135
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		17,76	10,9	9,2	55,2	355
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	4,48	3,1	5,1	13,9	113
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	19,62	9,4	14,5	1,2	173
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,75	3,2	2,4	29,9	155
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		30,86	22,3	22,9	87,4	645
Всего		162,94	111,5	127,7	419,4	3298

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.