

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 мая 2022 г.
7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,85	3,9	9,1	23	189
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,85	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,40	3,3	2,7	24,3	135
Итого		28,10	13,9	28,7	89,9	673
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	15,45	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		24,45	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	30,18	15,5	10,6	29,1	272
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	230	26,40	13	16,2	20,8	281
САЛАТ "СТЕПНОЙ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	14,47	4,2	6,3	24,9	175
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	4,02			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		79,45	39,3	34	136,6	1009
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ВАФЛИ	40	5,17	1,1	1,3	30,9	142
Итого		24,52	8,4	7,6	41,4	277
Ужин						
КАША ПШОННАЯ	180	10,80	5,6	11,2	26,6	229
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	22,97	10,6	15,6	5,9	207
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,96	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		42,10	24,7	29	97,4	749
Всего		198,62	95	101,5	453,2	3119

Бухгалтер (калькулятор) Сы Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.