

Утверждаю

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

# МЕНЮ

17 мая 2022 г.

7-11лет

| Наименование блюда                | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|-----------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                   |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                           |        |               |                   |         |             |                                     |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ             | 180    | 10,64         | 5,7               | 10,8    | 26,4        | 225                                 |
| ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ               | 100/20 | 13,85         | 6,7               | 16,9    | 42,6        | 349                                 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ        | 200    | 6,41          | 3                 | 2,4     | 25          | 134                                 |
| Итого                             |        | 30,90         | 15,4              | 30,1    | 94          | 708                                 |
| 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 ПШЕНИЧНЫЙ                    | 100    | 4,37          | 6,6               | 0,9     | 42,4        | 204                                 |
| Итого                             |        | 9,00          | 9,4               | 1,5     | 78,3        | 373                                 |
| Обед                              |        |               |                   |         |             |                                     |
| СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ      | 200    | 26,23         | 15,2              | 10,5    | 22,1        | 243                                 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                   | 220    | 34,47         | 14,7              | 19      | 16,3        | 296                                 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368               | 50     | 3,68          | 1,2               | 4,9     | 5           | 68                                  |
| МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ               | 70     | 3,22          | 1                 | 5,2     | 5           | 72                                  |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                  | 200    | 4,26          |                   |         | 24          | 96                                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ              | 100    | 4,37          | 6,6               | 0,9     | 42,4        | 204                                 |
| Итого                             |        | 76,24         | 38,7              | 40,5    | 114,8       | 979                                 |
| Полдник II                        |        |               |                   |         |             |                                     |
| КЕФИР                             | 200    | 17,39         | 7,3               | 6,3     | 10          | 133                                 |
| ВАФЛИ                             | 40     | 5,85          | 1,3               | 1,5     | 35          | 160                                 |
| Итого                             |        | 23,24         | 8,6               | 7,8     | 45          | 293                                 |
| Ужин                              |        |               |                   |         |             |                                     |
| КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ               | 180    | 8,02          | 5,6               | 6,9     | 21,8        | 172                                 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)             | 40/40  | 21,18         | 10,8              | 13,7    | 6           | 190                                 |
| ЧАЙ С САХАРОМ                     | 200    | 1,02          | 0,4               |         | 20,2        | 82                                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ              | 100    | 4,37          | 6,6               | 0,9     | 42,4        | 204                                 |
| Итого                             |        | 34,60         | 23,4              | 21,5    | 90,4        | 648                                 |
| Всего                             |        | 173,98        | 95,5              | 101,4   | 422,5       | 3001                                |

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.