

Утверждаю

ГБОУ "Тля́нче-Тама́кская школа-интернат"
/Шапилова Л.Х./

МЕНЮ

1 сентября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	23,24	11,4	19,7	2,9	234
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	5,40	3,3	2,7	24,3	135
Итого		38,11	21,4	39,8	69,8	723
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	7,6	1,1	62,6	290
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МК БУЛЬОНЕ	200	30,43	15,6	15	25	299
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	202	5,78	3,8	8	24,3	184
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	24,51	11,1	17,7	1,2	208
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,00			23,9	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		63,72	37,1	41,6	116,8	990
Полдник II						
КЕФИР	200	17,76	7,4	6,4	10,2	135
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,25	3	3,9	29,8	167
Итого		21,00	10,4	10,3	40	302
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	9,53	5,9	7,5	23,7	187
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	14,55	10,4	8,7	6,1	145
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,52	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,59	24,8	18,4	94,7	645
Всего		154,06	101,3	111,2	383,9	2950

Бухгалтер (калькулятор) С.С. - Сабилова Р.А.

Медицинская сестра Д.А. Давлетшина Г.А.