

Утверждаю

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

МЕНЮ

9 сентября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	24,86	11,5	18,4	3	221
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,36	3,2	2,7	24,3	135
Итого		39,70	21,4	38	69,9	705
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ГРУША	270	0,00	1,1	0,9	29,2	133
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	8,7	2	91,2	420
Обед						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	32,53	17,3	17,6	38,6	390
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	230	25,44	13,2	14,7	21,9	275
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	50	2,43	0,7	4,1	4	56
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,03			24,3	97
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		60,43	37,8	37,3	131,2	1022
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		19,35	10,8	9,1	55,5	355
Ужин						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	200	6,08	3,9	8,6	24,1	187
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	7,73	11,2	13,8	4,8	187
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,52	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		16,34	23,6	24,6	93,8	687
Всего		140,45	102,3	111	441,6	3189

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.