

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 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	5,34	11,4	18,3	2,9	221
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	18,09	11,3	23,2	42,6	426
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	5,36	3,2	2,7	24,3	135
Итого		28,79	25,9	44,2	69,8	782
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
ГРУША	270	0,00	1,1	0,8	27,8	127
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	8,7	1,9	90,4	417
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	200/10	19,12	18,5	26,1	27,1	426
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	180	6,01	7,9	8,7	16,4	174
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,39	14,2	14,4		185
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,55	0,8	5	4,3	65
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		41,12	48	55,1	114,5	1151
Полдник II						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		4,63	4,5	3	65,2	306
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,83	4,5	6,1	20,9	156
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	6,39	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		15,73	23,4	17	91,9	614
Всего		94,89	110,5	121,2	431,8	3270

Бухгалтер (калькулятор) Ссф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра ДЛ Давлетшина Г.А.