

Утверждаю

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

МЕНЮ

3 октября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,20	5,6	8,9	21,5	190
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,3	23,2	42,6	426
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	7,20	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		36,00	25	39,1	89,6	814
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	20,2	86
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	14,25	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,09	8,7	2,2	88,5	414
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	200/20	36,25	16,4	16,6	31,3	348
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	8,68	5,1	8,3	20,7	180
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	18,97	10,2	10,7	5,3	158
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	60	1,81	0,9	3	5,3	53
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	2,81			17,5	70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		73,52	39,2	39,5	122,5	1013
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	18,95	7,1	6,1	10,3	132
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	21,20	24,3	5	66,1	410
Итого		40,16	31,4	11,1	76,4	542
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,53	5	9,1	20,9	186
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	30,36	11,7	13,3	5,4	187
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,92	0,4		15,4	63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		40,81	23,7	23,3	84,1	640
Всего		216,58	128	115,2	461,1	3423

Бухгалтер (калькулятор) Сай Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дж Давлетшина Г.А.