

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 октября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,97	5,4	10,8	26,9	222
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		30,57	19,6	36,2	94,7	782
Полдник						
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
БАНАН	180	24,22	2,7	0,9	37,8	173
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		36,06	10,3	2	99,8	460
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	35,27	16,4	13,5	33,4	328
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	230	32,97	13,4	14,5	22,5	274
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	70	3,29	1,3	3,1	13,3	86
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,94			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		79,48	37,7	32	131	969
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,38	7,3	6,3	10,5	135
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ	90	25,48	23,6	16	50,1	439
Итого		44,86	30,9	22,3	60,6	574
Ужин						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	180	10,64	4,7	8,6	22,9	188
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,17	9,5	6,3	2	104
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,60	0,4		15,4	63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		33,41	21,2	15,8	82,7	559
Всего		224,39	119,7	108,3	468,8	3344

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.