

Утверждаю

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

МЕНЮ

5 декабря 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,77	5,3	10,8	25,4	220
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,3	23,2	42,6	426
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,23	3,3	2,7	24,3	135
Итого		30,01	19,9	36,7	92,3	781
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	25,52	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		37,36	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/20	32,55	16,3	13,7	32,3	326
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	7,94	5,7	10,2	35,6	256
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,50	9,5	10,2	2	139
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	60	1,30	0,8	4	4,7	58
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,06			21,3	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		65,35	38,9	39	138,3	1068
Полдник II						
КЕФИР	200	17,78	7,4	6,4	10,2	135
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	23,22	25,5	12,1	63,6	467
Итого		41,00	32,9	18,5	73,8	602
Ужин						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	230	35,40	15,9	13,5	18,6	263
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	1,60	0,5		15,7	66
Итого		42,01	23	14,4	76,7	533
Всего		215,72	124,1	110,1	459,4	3357

Бухгалтер (калькулятор) Соф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.