

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 декабря 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	19,12	11,5	22,3	3	256
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		43,72	25,7	47,7	70,8	814
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
БАНАН	200	6,58	3,2	1,1	45,4	207
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		18,42	10,8	2,2	107,4	494
Обед						
СУП С КРУПОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	200	32,26	14,1	10,8	28,6	268
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	180	3,77	3,8	4,5	24	151
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	32,44	12,9	18,3	10	257
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	2,35	1,4	4	13	93
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,71			30	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		78,53	38,8	38,5	148	1093
Полдник II						
КЕФИР	200	17,78	7,4	6,4	10,2	135
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	100	8,44	12,3	6,8	57,5	342
Итого		26,21	19,7	13,2	67,7	477
Ужин						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	3,43	5,5	6,7	25,9	187
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,55	9,7	5,5	3,4	102
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	2,22	0,5		25,4	105
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,20	22,3	13,1	97,1	598
Всего		193,08	117,3	114,7	491	3476

Бухгалтер (калькулятор)

Сабилова Р.А.

Медицинская сестра

Давлетшина Г.А.