

Утверждаю
 ГБОУ "Тлянче-Тамакская школа-интернат"
 /Шамилова Л.Х./

МЕНЮ
 26 декабря 2021 г.
 7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	9,56	5,6	10,8	26	223
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	12,00	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,21	3	2,4	25,2	135
Итого		27,77	15,3	30,6	93,8	712
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	16,93	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,31	6,6	0,9	42,4	204
Итого		25,69	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	28,78	16,8	16,5	25,8	325
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	29,06	13,8	15,8	23,5	292
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	8,22	2,5	5,1	14,4	116
КИСЕЛЬ	200	2,27			34,8	139
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,31	6,6	0,9	42,4	204
Итого		72,64	39,7	38,3	140,9	1076
Полдник II						
БУЛОЧКА	91	9,39	11,1	12,1	61,5	399
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	9,77	5,6	4,9	9,3	105
Итого		19,17	16,7	17	70,8	504
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	5,89	3,1	8,9	18,7	166
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	18,72	10,8	2,5		66
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,90	0,4		10,5	44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,31	6,6	0,9	42,4	204
Итого		29,83	20,9	12,3	71,6	480
Всего		175,10	101,3	100,4	465	3183

Бухгалтер (калькулятор) Саф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.