

Утверждаю

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



МЕНЮ
13 января 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	4,97	5,4	10,8	27,3	227
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	20,69	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,33	3	2,4	25,2	135
Итого		26,99	19,6	36,2	95,1	785
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,78	7,6	1,1	62	287
Обед						
СУП С КРУПОЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	23,10	14	17,6	14,2	278
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МЯСОМ	200	31,19	14,7	14,9	22,1	282
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	3,64	0,9	3,3	2,9	47
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	2,72			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		64,97	36,2	36,7	101	888
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	8,61	7	6,1	10,2	131
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	28,09	25,7	11,7	63,8	465
Итого		36,70	32,7	17,8	74	596
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	181	5,21	3,9	8,6	24,3	188
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	19,77	10,1	4,9	4,9	105
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,35	0,4		19,5	80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		30,65	21	14,4	91,1	577
Всего		168,10	117,1	106,2	423,2	3133

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.