

Утверждаю

ГБОУ "Тлянче-Тамакская школа-интернат"

Шамилова Л.Х. /Шамилова Л.Х./

МЕНЮ

15 января 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	180	4,89	5,8	11,2	24,7	223
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		26,90	20	36,6	92,5	781
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,78	7,6	1,1	62	287
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ	200	22,11	13,8	10,1	15,3	206
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	200	29,15	14,1	22,6	24,8	359
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	60	4,88	1,5	5	7,6	82
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	2,72			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		63,18	36	38,6	109,5	928
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	0,00	7,3	6,3	10,5	135
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	27,72	24,6	8,8	49,2	375
Итого		27,72	31,9	15,1	59,7	510
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	3,28	3,8	4,5	24	151
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ	50/50	20,67	10,3	8,5	6	143
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,43	0,4		21,2	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		29,70	21,1	13,9	93,6	584
Всего		156,28	116,6	105,3	417,3	3090

Бухгалтер (калькулятор) *Сабира* Сабинова Р.А.

Медицинская сестра *Давлетшина* Давлетшина Г.А.

