

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 января 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	10,68	5,8	10,8	27,6	230
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,36	3	2,4	25,2	135
Итого		30,84	15,5	30,6	95,4	719
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	15,16	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		23,94	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ	200	16,35	14,1	14,9	24,6	289
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	13,02	5,6	5,3	35,5	212
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	6,43	1,8	2,1	13,6	82
КИСЕЛЬ	200	1,90			27	108
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		57,20	40,9	36,2	143,1	1063
Полдник II						
КЕФИР	200	18,50	7,7	6,7	10,6	141
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	91	26,20	25	13,4	64,5	481
Итого		44,70	32,7	20,1	75,1	622
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	180	6,62	3,2	8,9	14,4	150
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,85	9,2	4,4		77
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,38	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		29,18	19,4	14,2	77	513
Всего		185,86	117,2	103,3	478,5	3328

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра  Давлетшина Г.А.