



Утверждаю

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

МЕНЮ

31 января 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	10,65	5,3	10,8	25,4	220
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	17,4	42,6	354
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	8,80	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,34	3	2,4	25,1	135
Итого		39,59	20,1	35,2	93,4	772
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	20,2	86
ГРУША	270	36,89	1,1	0,8	27,8	127
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		45,67	8,7	1,9	90,4	417
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	200/20	10,63	15,6	15,1	26,8	316
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	220	13,95	15,4	18,4	18,6	304
САЛАТ "СВЕКОЛКА" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	4,67	1,6	3,2	9,6	74
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	2,45			14,6	58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		36,02	39,2	37,6	112	956
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	18,92	7,1	6,1	10,3	132
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	24,04	24	10,3	61,3	437
Итого		42,96	31,1	16,4	71,6	569
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	9,52	5	9,2	20,9	187
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	17,21	9,5	6,5	2,1	107
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		32,43	21,5	16,6	85,6	580
Всего		196,67	120,6	107,7	453	3294

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.