

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
4 февраля 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	10,69	5,3	10,8	25,9	222
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,46	3	2,4	25,3	136
Итого		30,96	15	30,6	93,8	712
<b>Полдник</b>						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО	220	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
<b>Обед</b>						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/20	25,15	17,4	22,5	26,3	388
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	180	13,90	3,9	10,1	23,4	202
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	60	13,04	6,1	9,4	9,6	149
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	2,77			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		74,36	46,8	55,9	121,1	1188
<b>Полдник II</b>						
РЯЖЕНКА	200	19,83	7,4	6,4	10,8	138
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	24,70	24,3	11,6	61,6	452
Итого		44,53	31,7	18	72,4	590
<b>Ужин</b>						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	8,23	5	7	21	168
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	19,44	11,4	2,2	3,7	80
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,39	0,5		19,7	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		35,38	23,5	10,1	86,8	534
Всего		209,18	125,7	116,8	462	3435

Бухгалтер (калькулятор) Соф Сабилова Р.А.

Медицинская сестра Дил Давлетшина Г.А.