

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
9 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	10,66	5,3	10,8	25,4	220
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,3	23,2	42,6	426
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,80	4,9	4,5	0,3	61
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,28	3,3	2,7	24,3	135
Итого		48,15	24,8	41,2	92,6	842
<b>Полдник</b>						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	22,37	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,15	9,4	1,5	78,3	373
<b>Обед</b>						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ	200/20	28,17	15,3	13,1	22,8	279
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	10,53	5,6	11,2	21,7	210
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,95	9,2	5,4		86
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	5,26	1,6	8,8	14,5	144
КИСЕЛЬ	200	2,34			34,8	139
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		67,57	38,3	39,4	136,2	1062
<b>Полдник II</b>						
КЕФИР	200	18,08	7,5	6,5	10,4	138
ВАФЛИ	40	4,70	1,1	1,3	30,9	142
Итого		22,79	8,6	7,8	41,3	280
<b>Ужин</b>						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	15,86	5,4	10,2	33,2	245
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	24,95	11,5	14,3	3	186
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,14	0,5		15,7	66
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		48,28	24	25,4	94,3	701
Всего		217,95	105,1	115,3	442,7	3258

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабилова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.