

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 февраля 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШОННАЯ	200	8,60	5,6	7,4	27	198
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,42	3	2,4	25,2	135
Итого		28,83	15,3	27,2	94,8	687
Полдник						
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	260	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-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	29,79	15,9	10,6	30,7	281
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	220	27,01	13,5	14,8	22,5	277
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	5,31	1,6	9,1	14,7	148
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,55			14,8	59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		68,98	37,6	35,4	125,1	969
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	26,07	25,7	7,8	63,3	427
Итого		43,46	33	14,1	73,3	560
Ужин						
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	180	14,33	4,1	8,7	22,8	185
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	24,27	11,2	13,7	5,5	188
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,41	0,5		19,8	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		46,33	22,4	23,3	90,5	660
Всего		211,54	117	102,2	471,6	3287

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дас Давлетшина Г.А.