

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 февраля 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	45,60	35	10,8	39,7	401
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,25	3,2	2,7	24,3	135
Итого		65,66	44,9	30,4	106,6	885
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	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	200	29,92	16,8	10,6	37,5	313
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	180	6,03	8	8,7	16,5	175
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	24,98	11,3	17,3	2,4	211
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	10,21	3,3	5,6	16,3	130
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,78			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		78,25	46	43,1	134,5	1110
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ВАФЛИ	40	4,70	1,1	1,3	30,9	142
Итого		24,06	8,4	7,6	41,4	277
Ужин						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	11,02	4,6	10,8	22,7	206
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	22,38	9,7	9,2	2,5	131
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,44	0,5		20,5	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		41,16	21,4	20,9	88,1	626
Всего		233,06	129,4	104,2	458,5	3309

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.