

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 февраля 2022 г.
7-11лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	23,22	11,4	19,7	2,9	233
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	6,35	3	2,4	24,4	132
Итого		43,38	21,1	39,5	69,9	719
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,46	1	0,2	20,2	86
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	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	88,5	414
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	200/20	32,54	18	21,2	23,6	370
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	180	6,03	8	8,7	16,5	175
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	6,93	2,4	5,2	12,1	107
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		67,79	47,8	49	114	1101
Полдник II						
КЕФИР	200	17,80	7,4	6,4	10,2	136
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,25	3	3,9	29,8	167
Итого		21,04	10,4	10,3	40	303
Ужин						
КАША "ДРУЖБА"	200	8,87	5	7,2	27,5	194
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	24,53	12,6	13	5,3	189
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,96	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		41,68	26,1	22,4	97,7	696
Всего		197,83	114,1	123,4	410,1	3233

Бухгалтер (калькулятор) Саф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Ду Давлетшина Г.А.