

Утверждаю

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



МЕНЮ
28 февраля 2022 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
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
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	8,80	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,46	3	2,4	25,3	135
Итого		48,34	24,7	41	93,6	844
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	1	0,2	20,2	86
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	15,16	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		19,48	8,7	2,2	88,5	414
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	200/20	25,80	17,5	18,8	26,8	358
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	16,29	5,7	9,1	22,4	198
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	2,21	0,5	0,1	1,1	9
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	2,75			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		66,55	43,1	41,9	112,1	1014
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,78	7,4	6,4	10,7	138
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	26,58	25,6	12,1	63,6	468
Итого		46,37	33	18,5	74,3	606
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	9,35	5	8,9	20,9	185
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	17,46	9,5	9,1	1,8	128
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		34,28	21,6	18,9	80,8	583
Всего		215,02	131,1	122,5	449,3	3461

Бухгалтер (калькулятор) сеф Сабинова Р.А.

Медицинская сестра СМ Давлетшина Г.А.