



Утверждаю

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

МЕНЮ
2 марта 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШОННАЯ	180	10,79	5,6	11,2	26,6	229
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,46	3	2,4	25,3	135
Итого		39,66	19,8	36,6	94,5	787
Полдник						
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	4,63	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		31,32	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	29,87	16,6	10,6	36,4	307
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	220	26,96	13,4	14,5	22,3	273
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	90	6,67	2,3	5	11,5	102
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,53			14,6	58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		70,35	38,9	31	127,2	944
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	27,01	25,6	15,8	63,6	502
Итого		44,40	32,9	22,1	73,6	635
Ужин						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	180	14,00	3,7	8,6	21,1	176
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ	50/50	19,42	9,8	4,6	3,3	95
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,96	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		41,71	22	15,4	89,3	584
Всего		227,44	123	106,6	462,9	3323

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра  _____ Давлетшина Г.А.