

Утверждаю

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

МЕНЮ
4 марта 2022 г.
7-11лет

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
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,46	3	2,4	25,3	135
Итого		30,93	15	30,6	93,3	709
Полдник						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	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 ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/20	31,29	15,2	18	24,9	331
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	16,21	5	8,3	20,2	178
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,97	9,2	5,4		86
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	60	3,55	1,2	2,3	6,7	53
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	2,78			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		74,13	37,2	34,9	113,6	929
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	30,53	25,8	11,5	63,8	466
Итого		47,91	33,1	17,8	73,8	599
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ	220	25,50	13,5	16,6	18,5	277
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,71	1,9	1,3	17,7	89
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		33,53	22	18,8	78,6	570
Всего		217,83	116,7	103,6	437,6	3180

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра  _____ Давлетшина Г.А.