Утверждаю

ГБОУ "Тлянче-Тамакская школа-интернат"
_____ /Шамилова Л.Х./

МЕНЮ

17 марта 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	10,68	5,3	10,8	25,7	221
БУТЕРБРОДЫ СЫРОМ	100/20	12,93	11,2	6,7	42,4	276
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	8,80	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,44	3	2,4	25,2	135
Итого		38,86	24,6	24,5	93,6	695
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	0,00	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,95	8,7	2,2	88,5	414
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА М\К СО СМЕТАНОЙ	200/10	23,88	17	16,7	24,5	325
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	18,53	5,6	13,4	22,1	235
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ "СВЕКОЛКА" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	3,02	1,1	3,3	6,4	59
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	2,75			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		67,69	43,1	47,3	114,8	1068
Полдник II						
КЕФИР	200	17,72	7,4	6,4	10,2	135
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	23,53	24,3	5,5	61,4	396
Итого		41,25	31,7	11,9	71,6	531
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	8,17	5	6,9	20,9	167
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,58	9,2	10,7		134
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,14	0,5		14,9	63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		32,21	21,3	18,5	78,2	568
Всего		188,96	129,4	104,4	446,7	3276

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.