

Утверждаю

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

МЕНЮ
21 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	10,69	5,3	10,8	25,8	222
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	100/20	12,93	11,1	6,5	42,4	274
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,42	3	2,4	25,2	135
Итого		30,04	19,4	19,7	93,4	631
Полдник						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
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		24,11	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	23,31	16,8	20,8	24,3	358
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	180	9,58	4,4	9,9	23,2	202
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,00	9,2	5,6		88
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	4,45	1,6	4	9,6	81
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	3,03			23,9	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		60,70	38,6	41,2	123,4	1028
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ПРЯНИКИ	60	5,05	3,5	2,8	45	220
Итого		22,43	10,8	9,1	55	353
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	3,17	2,2	4,6	16,3	115
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	16,96	13,2	18,1	2,4	226
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		28,41	23,9	24,9	83,6	654
Всего		165,70	101,4	97,1	443,3	3077

Бухгалтер (калькулятор) Саф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дж Давлетшина Г.А.