

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

**МЕНЮ**  
**8 апреля 2022 г.**  
**7-11лет**

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	24,87	11,5	18,4	3	221
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,3	23,2	42,6	426
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	6,07	3,4	2,7	19,8	119
Итого		53,35	26,2	44,3	65,4	766
<b>Полдник</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
ГРУША	250	0,00	1,1	0,8	27	123
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,95	8,7	1,9	89,6	413
<b>Обед</b>						
СУП- ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	30,62	16,7	10,8	35,9	307
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	180	6,04	8	8,7	16,5	175
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	24,16	11,1	15,2	1,2	186
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	100	2,97	1	3,1	5	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,79			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		70,90	43,4	38,7	120,4	1001
<b>Полдник II</b>						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	91	24,48	24,3	7	61,6	411
Итого		41,86	31,6	13,3	71,6	544
<b>Ужин</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	9,11	5,9	6,3	23,8	176
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,52	9,2	10,2		129
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,65	0,5		24,2	100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		33,60	22,2	17,4	90,4	609
Всего		208,67	132,1	115,6	437,4	3333

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дев Давлетшина Г.А.