

Утверждаю



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

**МЕНЮ**  
22 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	23,05	11,4	19,2	2,9	229
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	18,09	11,3	23,2	42,6	426
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЦ.	200	6,40	3,3	2,7	24,3	135
Итого		47,53	26	45,1	69,8	790
<b>Полдник</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	15,45	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		20,08	8,7	2,2	88,5	414
<b>Обед</b>						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/20	30,77	17,8	21,8	31,3	402
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	180	6,02	7,9	8,7	16,4	174
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ "СТЕПНОЙ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	7,40	2,1	5,2	12,1	105
КИСЕЛЬ	200	1,83			25,1	101
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		61,20	47,2	49,6	127,3	1154
<b>Полдник II</b>						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ	90	27,97	25,6	11,4	63,7	461
Итого		45,36	32,9	17,7	73,7	594
<b>Ужин</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	9,61	5,8	7,2	23,3	182
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,82	9,2	4,1		75
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,66	0,5		25,4	105
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		29,08	22,1	12,2	91,1	566
Всего		203,25	136,9	126,8	450,4	3518

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.