

Утверждаю

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

МЕНЮ
25 апреля 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	10,64	5,7	10,8	26,4	225
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	18,09	11,3	23,2	42,6	426
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	8,80	5,1	4,6	0,3	63
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,41	3	2,4	25	134
Итого		43,94	25,1	41	94,3	848
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
АПЕЛЬСИН	200	0,00	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	9,4	1,5	78,9	376
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	200/20	25,76	17,1	18,7	24,6	344
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	15,91	5,7	9,1	22,6	200
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	50	2,90	0,8	5,2	4,7	70
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,30	0,3	0,2	18,4	80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		63,05	43,3	47,1	112,7	1066
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,76	7,4	6,4	10,7	138
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	26,02	25,5	10,3	63,8	453
Итого		45,78	32,9	16,7	74,5	591
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	9,58	5	9,3	21,1	189
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,06	9,2	6,2		93
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,45	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		27,08	21,2	16,4	83,7	568
Всего		184,47	131,9	122,7	444,1	3449

Бухгалтер (калькулятор) сеф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дел Давлетшина Г.А.