

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 апреля 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	47,60	34,3	13	29	373
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,40	3,3	2,7	24,3	135
Итого		63,48	44,3	32,6	95,9	857
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
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	78,3	373
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/20	31,66	18,1	23,6	23,9	391
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	180	6,09	3,9	8,6	24,1	187
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ "СТЕПНОЙ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	6,93	1,9	5,1	9,4	92
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	1,45	0,5		20,6	87
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		61,32	43,8	51,2	120,4	1129
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		19,35	10,8	9,1	55,5	355
Ужин						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	8,25	5,5	6,7	25,9	187
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	21,05	10,1	11,9	4,9	168
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,96	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		33,27	24,1	20,8	95,7	668
Всего		182,05	132,4	115,2	445,8	3382

Бухгалтер (калькулятор) Сай Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.