Утверждаю

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

МЕНЮ

16 мая 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	23,24	11,4	19,7	2,9	234
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	13,85	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	6,42	3,3	2,7	24,3	135
Итого		43,52	21,4	39,8	69,8	723
Полдник						
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	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		24,45	8,7	2,2	88,5	414
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА М\К БУЛЬОНЕ	200/20	38,81	16,1	17,9	23,5	330
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	180	6,03	8	8,7	16,5	175
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ 2шт)	50/50	25,00	12,1	11,4	9,8	190
САЛАТ "СВЕКОЛКА" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	3,04	1,1	3,4	6,4	61
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	4,26			23,9	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		81,52	43,9	42,3	122,5	1055
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ШАНГИ С КАРТОФЕЛЕМ	90	17,86	13,7	11	85,4	495
Итого		37,21	21	17,3	95,9	630
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,50	3,1	5,1	13,9	114
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	20,26	10,3	3,8	5,8	100
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,54	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		32,68	21,9	11,1	84,6	527
Всего		219,38	116,9	112,7	461,3	3349

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.