

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
18 мая 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	181/30	46,00	35,3	11	39,4	402
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,85	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	5,87	3,2	2,7	14,6	96
Итого		65,72	45,2	31,1	96,6	852
<b>Полдник</b>						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	260	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	87,9	411
<b>Обед</b>						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	39,28	16,5	12,6	33,1	321
РИС ОТВАРНОЙ	181	5,97	1,8	8,4	18	154
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	24,88	11,9	14,5	6	202
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	90	0,00	0,9	0,1	1,9	15
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,06			29,7	119
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		76,57	37,7	36,5	131,1	1015
<b>Полдник II</b>						
РЯЖЕНКА	200	19,72	7,4	6,4	10,7	138
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	90	11,26	10,4	11	66,3	406
Итого		30,97	17,8	17,4	77	544
<b>Ужин</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,42	3,1	8,4	14	143
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,46	9,8	8,6	3,6	131
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,54	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		30,79	21,4	19,2	82,5	587
Всего		228,51	130,8	106,4	475,1	3409

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Сей Давлетшина Г.А.