

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 сентября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	10,40	5,3	10,8	25,4	220
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	17,4	42,6	354
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,80	4,9	4,5	0,3	61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,39	3	2,4	25,1	134
Итого		34,07	19,9	35,1	93,4	769
Полдник						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ГРУША	270	0,00	1,2	0,9	29,7	136
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	8,8	2	91,7	423
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10	26,38	15,7	14,5	30,4	323
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	28,36	15,8	18,2	34,6	365
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	7,16	2,4	3,3	12,1	90
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	0,03			16,3	65
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		61,94	40,5	36,9	135,8	1047
Полдник II						
КЕФИР	200	17,70	7,4	6,4	10,2	135
ОЛАДЬИ	100/15	5,08	7,6	10,6	41,2	289
Итого		22,78	15	17	51,4	424
Ужин						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	10,52	5,6	11,2	26,6	229
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	0,65	9,2	6,2		93
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,4		15,4	63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		11,18	21,8	18,3	84,4	589
Всего		134,60	106	109,3	456,7	3252

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дел Давлетшина Г.А.