

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
14 сентября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	180/10	40,86	31,8	8,4	13,6	270
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	16,9	42,6	349
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,39	3	2,4	25,1	134
Итого		55,73	41,5	27,7	81,3	753
<b>Полдник</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ГРУША	270	0,00	1,1	0,8	27,8	127
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	8,7	1,9	89,8	414
<b>Обед</b>						
СУП С КРУПОЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	200/10	19,36	16,7	21,3	30,5	388
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	180	3,71	3,8	4,5	24	151
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,17	12,8	13		168
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	4,46	1,7	4,1	15,2	104
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	0,03			14,6	58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		42,74	41,6	43,8	126,7	1073
<b>Полдник II</b>						
РЯЖЕНКА	200	19,00	7,1	6,1	10,3	133
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	100	7,30	12,8	11,9	58,4	393
Итого		26,30	19,9	18	68,7	526
<b>Ужин</b>						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	9,77	5,6	11,2	26,6	229
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	4,57	10,3	9,5	6	152
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		14,34	22,9	21,6	95,2	667
Всего		143,74	134,6	113	461,7	3433

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дж Давлетшина Г.А.