

Утверждаю

ГБОУ "Тляче-Тамакская школа-интернат"
Дамилова Л.Х./



МЕНЮ
17 сентября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	182/10	2,81	33,4	10,6	20,6	322
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	5,00	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	1,23	3,3	2,7	24,3	135
Итого		9,04	43,4	30,2	87,5	806
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	25,52	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		37,36	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	35,43	17,1	16,5	36,8	372
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	2,06	3,1	8,9	13,8	147
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	30,64	11,9	22,4	6	272
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,71			30	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		75,85	38,7	48,7	129	1115
Полдник II						
КЕФИР	200	0,00	7,3	6,3	10	133
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		0,00	10,8	9,1	55	353
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,25	6	10,3	38	267
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ (2 кус)	50/50	16,89	9,8	9,5	3,3	139
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,23	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,37	24,3	22	106,2	719
Всего		148,63	126,6	111,5	456	3366

Бухгалтер (калькулятор) СФ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра ДФ Давлетшина Г.А.