

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 сентября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	0,91	5,6	9,1	21,5	192
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	5,00	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		7,51	15,3	28,9	89,3	681
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	20,2	86
АПЕЛЬСИН	200	25,52	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		37,36	9,4	1,5	78,9	376
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	200/10	33,39	16,2	15,7	31,3	336
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,00	4	8,3	16,8	160
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	16,63	10,2	11	5,6	162
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	60	1,66	0,8	3,3	4,7	52
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	2,82			17,5	70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		63,50	37,8	39,2	118,3	984
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	0,00	7,5	6,4	10,8	131
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	3,85	22,2	5	51,8	34
Итого		3,85	29,7	11,4	62,6	48
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	0,78	5	8,5	21,1	118
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	30,47	11,9	12,6	6,1	118
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,94	0,4		15,6	1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		37,19	23,9	22	85,2	6
Всего		149,41	116,1	103	434,3	31

Бухгалтер (калькулятор) сеу Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.