

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 сентября 2022 г.

7-11 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,77	5,3	10,8	25,4	220
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,2	23	42,6	423
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	7,20	4,9	4,5	0,3	61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		37,58	24,4	40,7	93,5	839
Полдник						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
БАНАН	200	24,22	2,7	0,9	37,8	173
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		36,06	10,3	2	99,8	460
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/20	34,78	15,8	15,1	30,6	331
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	34,60	15,3	14,1	33,1	321
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	4,06	2,4	3,1	11,9	88
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	2,75			16,5	66
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		81,21	40,1	33,2	134,5	1010
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	15,50	5,8	5	8,4	108
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	24,05	26	14,4	63,7	491
Итого		39,55	31,8	19,4	72,1	599
Ужин						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	3,52	5,5	7,1	26,5	193
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	19,09	10,2	11,7	5,3	167
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,92	0,4		15,4	63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		28,54	22,7	19,7	89,6	627
Всего		222,94	129,3	115	489,5	3535

Бухгалтер (калькулятор)

Сабирова Р.А.

Сабирова Р.А.

Медицинская сестра

Давлетшина Г.А.

Давлетшина Г.А.