

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 сентября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	180/20	40,46	33,5	10,3	16	303
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	16,9	42,6	349
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		56,46	43,2	29,6	83,8	787
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	264	14,25	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,09	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
СУП С КРУПОЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	200/20	25,73	16,8	21,7	30,6	394
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	180	6,56	3,9	9,3	24,1	195
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	19,14	12,8	13		168
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	4,29	2,4	5,1	11,9	105
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,83			31,9	128
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		63,56	42,5	50	140,9	1194
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	15,50	5,8	5	8,4	108
ПЕЧЕНЬЕ	40	0,00	3	3,9	29,8	167
Итого		15,50	8,8	8,9	38,2	275
Ужин						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,87	5,6	11,2	26,6	229
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	20,04	10,3	12,5	6	180
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,23	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		32,15	22,9	24,6	95,2	695
Всего		193,76	126,1	115,3	446	3362

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабилова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.