

Утверждаю

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

МЕНЮ
2 октября 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 СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	35,72	34,3	9,8	31,4	354
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	1,23	3,4	2,7	24,3	136
Итого		51,35	44,4	29,4	98,3	839
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	14,25	1,1	1,1	25,9	124
Итого		21,09	2,1	1,3	45,5	207
Обед						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	36,67	17	15,7	37,5	366
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,19	3,7	9,1	16,6	161
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	35,40	12,7	22,7	8,8	290
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,74			30,3	121
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		86,99	40	48,4	135,6	1142
Полдник II						
КЕФИР	200	17,88	7,5	6,4	10,3	136
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		22,88	14,1	7,3	52,7	340
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	6,13	5,9	7,1	37,9	239
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	19,49	10,3	8,2	6	140
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,18	1,9	1,3	21,7	106
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,80	24,7	17,5	108	689
Всего		214,10	125,3	103,9	440,1	3217

Бухгалтер (калькулятор) Сад Сабинова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.