

Утверждаю

ГБОУ "Тляненско-Таманская школа-интернат"  
/Шамилова Л.Х./

**МЕНЮ**  
7 октября 2022 г.

7-11лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
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
<b>Полдник</b>						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	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
<b>Обед</b>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/20	34,58	15,7	14,9	30,4	327
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	35,60	16	18,1	38,8	383
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	4,06	2,4	3,1	11,9	88
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	3,06			21,3	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		82,31	40,7	37	144,8	1087
<b>Полдник II</b>						
РЯЖЕНКА	200	15,50	5,8	5	8,4	108
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		15,50	9,3	7,8	53,4	328
<b>Ужин</b>						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,87	5,6	11,2	26,6	229
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	19,43	10,2	14,6	5,3	193
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		31,22	22,8	26,7	89,7	689
Всего		192,70	105,9	114,4	469,3	3354

Бухгалтер (калькулятор) Сабилова Р.А. Сабилова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А. Давлетшина Г.А.