

Утверждаю

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

МЕНЮ
10 октября 2022 г.

7-11лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	19,45	11,5	21,3	3	248
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		44,05	25,7	46,7	70,8	806
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	260	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-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	200	32,91	16,2	10,8	32,7	291
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	220	35,38	15,5	16,1	37	356
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	3,82	1,7	5,1	12,2	102
КИСЕЛЬ	200	3,02			34,8	139
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		80,13	40	32,9	159,1	1092
Полдник II						
ВАФЛИ	30	0,00	0,8	1	23,2	106
РЯЖЕНКА	200	15,50	5,8	5	8,4	108
Итого		15,50	6,6	6	31,6	214
Ужин						
КАША "ДРУЖБА"	180	6,46	5	10,9	27,2	226
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	20,53	10,3	13,3	6	187
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,23	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		33,22	23,8	26,4	98,1	726
Всего		198,99	104,8	114,2	447,5	3249

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабилова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.