


Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
11 октября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/15	35,27	34,5	10,1	36,3	377
ХЛЕБ ПШЕН. С СЫРОМ	100/20	13,61	11,1	6,5	42,4	274
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,23	3,3	2,7	24,3	135
Итого		50,11	48,9	19,3	103	786
<b>Полдник</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
БАНАН	180	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
<b>Обед</b>						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200	35,20	17,1	17,8	26,8	344
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	8,46	3,9	12,5	24,1	224
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/40	30,33	11,3	14,3	2	181
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	3,51	3,3	4,5	20,2	136
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,00			20,4	81
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		85,50	42,2	50	135,9	1170
<b>Полдник II</b>						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ВАФЛИ	40	0,00	1,1	1,3	30,9	142
Итого		17,39	8,4	7,6	40,9	275
<b>Ужин</b>						
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	180	8,86	1,7	12,2	17,9	189
РЫБНЫЕ КОНСЕРВЫ С ТЕРМИЧЕСКИМИ ОБРАБОТКАМИ	110	0,00	19,1			76
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,17	1,9	1,3	21,5	105
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		15,03	29,3	14,4	81,8	574
Всего		204,09	139,1	93,3	461,4	3265

Бухгалтер (калькулятор)  Сабилова Р.А.

Медицинская сестра  Давлетшина Г.А.