

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 октября 2022 г.

7-11лет

| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 4,20 | 5,6 | 8,9 | 21,5 | 190 |
| 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 | | 28,80 | 19,8 | 34,3 | 89,3 | 748 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 6,84 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 |
| ГРУША | 270 | 35,51 | 1,1 | 0,8 | 27,8 | 127 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 5,00 | 6,6 | 0,9 | 42,4 | 204 |
| Итого | | 47,35 | 8,7 | 1,9 | 90 | 417 |
| Обед | | | | | | |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ | 200/20 | 36,80 | 16,6 | 17,8 | 27,1 | 344 |
| КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ | 180 | 3,12 | 2,2 | 4,3 | 16,1 | 112 |
| ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 80 | 31,89 | 11,3 | 16,6 | 2,5 | 204 |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 60 | 0,00 | 0,5 | 0,1 | 1 | 8 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 200 | 2,94 | | | 19,4 | 77 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 5,00 | 6,6 | 0,9 | 42,4 | 204 |
| Итого | | 79,75 | 37,2 | 39,7 | 108,5 | 949 |
| Полдник II | | | | | | |
| РЯЖЕНКА | 200 | 15,50 | 5,8 | 5 | 8,4 | 108 |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ | 100 | 22,95 | 25,7 | 10,1 | 60,1 | 437 |
| Итого | | 38,45 | 31,5 | 15,1 | 68,5 | 545 |
| Ужин | | | | | | |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ | 180 | 4,72 | 5,8 | 7,2 | 23,3 | 182 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт) | 40/40 | 18,98 | 10,2 | 10,7 | 5,3 | 158 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 1,41 | 0,4 | | 23,1 | 94 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 5,00 | 6,6 | 0,9 | 42,4 | 204 |
| Итого | | 30,11 | 23 | 18,8 | 94,1 | 638 |
| Всего | | 224,47 | 120,2 | 109,8 | 450,4 | 3297 |

Бухгалтер (калькулятор) сеу Сабилова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.