

Утверждаю

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



МЕНЮ
16 октября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,87	5,6	11,2	26,6	229
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,3	23,2	42,6	426
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,32	3	2,4	20,4	116
Итого		30,19	19,9	36,8	89,6	771
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		11,84	7,6	1,1	62	287
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	199	32,35	15,8	10,4	32,7	286
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	35,05	13,7	19,7	16,1	298
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	2,93			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		75,33	36,1	31	110,6	865
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	22,17	23,1	11,6	48,1	391
Итого		39,56	30,4	17,9	58,1	524
Ужин						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,82	3,2	9,6	25,1	198
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,37	9,5	8,1	1,9	120
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,23	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		29,42	19,7	18,6	89,6	604
Всего		186,35	113,7	105,4	409,9	3051

Бухгалтер (калькулятор) *cef* Сабирова Р.А.

Медицинская сестра *Дил* Давлетшина Г.А.