

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
17 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	180/30	35,63	35	10,5	37,9	390
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	1,23	3,3	2,7	24,3	135
Итого		51,26	45	30,1	104,8	874
<b>Полдник</b>						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	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>						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/10	37,84	16,5	17,1	35,3	369
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,19	3,7	9,1	16,6	161
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	35,33	12	22,4	6,4	273
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	1,87	0,8	5	4,2	65
КИСЕЛЬ ФЛОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,71			30	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		89,95	39,6	54,5	134,9	1192
<b>Полдник II</b>						
РЯЖЕНКА	200	18,95	7,1	6,1	10,3	132
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		18,95	10,6	8,9	55,3	352
<b>Ужин</b>						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	7,24	5	10,1	30	230
РЫБНЫЕ КОНСЕРВЫ С ТЕРМИЧЕСКИМИ ОБРАБОТКАМИ	110	0,00	19,1			76
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		13,47	32,6	12,3	94,9	619
Всего		199,73	136,5	108	477,8	3448

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.