

Утверждаю

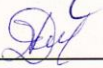
ГБОУ "Тляче-Тамакская школа-интернат"
Шамилова Л.Х./

МЕНЮ
19 октября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	3,56	5,6	6,9	26,2	190
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,58	3	2,4	25,1	135
Итого		28,15	19,8	32,3	93,9	748
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
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	89,8	414
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/15	35,17	17,2	17,8	26,9	346
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	230	40,12	15,6	26,6	37,1	451
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	5,09	0,5	0,1	1	8
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	2,93			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		88,32	39,9	45,4	126,8	1086
Полдник II						
КЕФИР	200	17,73	7,4	6,4	10,2	135
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		17,73	10,9	9,2	55,2	355
Ужин						
КАША "ДРУЖБА"	180	4,24	5	7,1	27,4	193
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ (2 кус)	50/50	19,74	9,8	13,1	3,3	171
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,88	0,4		19,7	81
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		30,86	21,8	21,1	92,8	649
Всего		212,41	101,1	109,9	458,5	3252

Бухгалтер (калькулятор)  Сабилова Р.А.

Медицинская сестра  Давлетшина Г.А.