

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
22 октября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,77	5,3	10,8	25,4	220
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		30,38	19,5	36,2	93,2	778
<b>Полдник</b>						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	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>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/20	34,84	18,1	18,6	31,3	376
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	200	6,03	4,1	4,6	24,5	157
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	19,14	12,8	13		168
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	2,94			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		67,94	41,6	37,1	117,6	982
<b>Полдник II</b>						
РЯЖЕНКА	200	18,61	7	6	10,1	130
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/30	10,26	12,7	16	77,6	504
Итого		28,86	19,7	22	87,7	634
<b>Ужин</b>						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,87	4,3	10,1	24,2	203
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	18,98	10,2	10,7	5,3	158
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,60	0,4		15,4	63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,46	21,5	21,7	87,3	628
Всего		184,73	111	119,2	473,7	3433

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.