

Утверждаю

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

МЕНЮ
26 октября 2022 г.

7-11лет

Я, — пр — по в с в ос пл ко За (Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	Завтрак						
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	19,49	11,5	21,6	3	250
	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		44,07	25,7	47	70,7	808
	Полдник						
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,8	86
	БАНАН	180	24,22	2,7	0,9	37,8	173
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
	Итого		36,06	10,3	2	100	463
	Обед						
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	200/20	36,44	16,5	18	26,4	345
	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	1,45	2,2	1,5	16,2	87
	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	31,83	11,8	16,7	5,4	219
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	5,50	0,5	0,1	1,1	8
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	2,93			19,4	77
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
	Итого		83,16	37,6	37,2	110,9	940
	Полдник II						
	РЯЖЕНКА	200	18,97	7,1	6,1	10,3	132
	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	100	9,55	13,8	10,6	81,7	477
	Итого		28,52	20,9	16,7	92	609
	Ужин						
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	3,56	5,6	6,9	26,2	190
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	19,88	11,5	8,2	9,1	155
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,20	0,4		24,8	101
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
	Итого		30,65	24,1	16	102,5	650
	Всего		222,46	118,6	118,9	476,1	3470

Бухгалтер (калькулятор) Саб Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.