

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
27 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
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,3	23,2	42,6	426
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,23	3,3	2,7	24,3	135
Итого		30,01	19,9	36,7	92,3	781
<b>Полдник</b>						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
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	99,8	460
<b>Обед</b>						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ	200	32,56	15,9	10,6	32,7	288
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	7,94	6	10,3	38	267
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,50	9,5	10,2	2	139
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	1,32	0,8	5	4,2	65
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,06			21,3	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		65,38	38,8	37	140,6	1048
<b>Полдник II</b>						
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,22	0,4		25,1	102
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	22,48	23,2	11,8	48	393
Итого		24,69	23,6	11,8	73,1	495
<b>Ужин</b>						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	230	38,22	15	22,5	14,9	323
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,91	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		45,13	23,5	24,7	79,8	636
Всего		201,28	116,1	112,2	485,6	3420

Бухгалтер (калькулятор) Саф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.