

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
28 октября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/10	42,00	33,2	8,1	30,6	332
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	23,01	11,2	22,5	42,6	419
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		66,60	47,4	33	98,4	886
<b>Полдник</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	16,58	1,2	1,2	30,1	144
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		28,42	8,8	2,3	92,1	431
<b>Обед</b>						
СУП С КРУПОЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	200/20	35,26	14,9	18	30,6	353
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	180	3,77	3,8	4,5	24	151
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	34,79	11,9	22,4	6	272
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	2,01	1,2	4	11,7	87
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,71			30	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		83,54	38,4	49,8	144,7	1187
<b>Полдник II</b>						
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,91	0,4		20,2	82
ВАФЛИ	40	8,77	1,1	1,3	30,9	142
Итого		10,68	1,5	1,3	51,1	224
<b>Ужин</b>						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,87	5,6	11,2	26,6	229
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,41	9,2	5,4		86
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		28,19	23,3	18,8	91,5	628
Всего		217,43	119,4	105,2	477,8	3356

Бухгалтер (калькулятор) \_\_\_\_\_ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Давлетшина Г.А.