

Утверждаю

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



МЕНЮ

7 ноября 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	6,84	1	0,2	20,2	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		11,84	7,6	1,1	62,6	290
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МК БУЛЬОНЕ	200	32,95	15,8	9,8	24,5	251
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	180	6,43	7,9	8,7	16,4	174
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ 2шт)	50/50	30,68	12,1	13,4	9,8	207
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	2,35	1,4	5	13	102
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,94			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		80,35	43,8	37,8	125,5	1015
Полдник II						
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
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,07	5,9	11,3	23,4	218
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	40/40	18,47	9,6	14,2	2,5	178
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,91	0,4		20,2	82
Итого		32,45	22,5	26,4	88,5	682
Всего		135,32	75,4	66,6	327,7	2211

Бухгалтер (калькулятор)

Сабинова Р.А.

Медицинская сестра

Давлетшина Г.А.