

Утверждаю

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

МЕНЮ
12 ноября 2022 г.

7-11лет



| Наименование блюда | Выход | Цена, руб. | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------|------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 5,97 | 5,4 | 10,8 | 26,9 | 224 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 100/20 | 14,40 | 6,7 | 17,4 | 42,6 | 354 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 1,60 | 3 | 2,4 | 25,2 | 135 |
| Итого | | 21,97 | 15,1 | 30,6 | 94,7 | 713 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ВИНОГРАДНЫЙ | 200 | 6,84 | 1 | 0,2 | 19,6 | 83 |
| ГРУША | 270 | 35,51 | 1,1 | 0,8 | 27,8 | 127 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 5,00 | 6,6 | 0,9 | 42,4 | 204 |
| Итого | | 47,35 | 8,7 | 1,9 | 89,8 | 414 |
| Обед | | | | | | |
| СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ | 200 | 32,56 | 15,7 | 10,5 | 31,5 | 282 |
| ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ | 230 | 32,42 | 13,4 | 14,5 | 22,5 | 274 |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ | 60 | 2,28 | 0,8 | 3 | 10,6 | 73 |
| 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 | | 75,20 | 36,5 | 28,9 | 126,4 | 910 |
| Полдник II | | | | | | |
| РЯЖЕНКА | 200 | 20,16 | 7,5 | 6,5 | 10,9 | 140 |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ | 90 | 24,92 | 23,6 | 16 | 50,1 | 439 |
| Итого | | 45,08 | 31,1 | 22,5 | 61 | 579 |
| Ужин | | | | | | |
| ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ | 180 | 8,03 | 4,6 | 8,6 | 22,2 | 185 |
| РЫБА ЖАРЕНАЯ | 70 | 15,50 | 9,5 | 6,3 | 2 | 104 |
| 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 | | 30,14 | 21,1 | 15,8 | 82 | 556 |
| Всего | | 219,74 | 112,5 | 99,7 | 453,9 | 3172 |

Бухгалтер (калькулятор) ееф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.