

Утверждаю

ГБОУ "Тля́нче-Тама́кская школа-интернат"  
/Шамилова Л.Х./

**МЕНЮ**  
21 ноября 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	180/30	42,52	33,5	8,4	31,1	339
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	16,9	42,6	349
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		58,51	43,2	27,7	98,9	823
<b>Полдник</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
БАНАН	180	23,33	2,6	0,9	36,4	167
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		35,17	10,2	2	98,4	454
<b>Обед</b>						
СУП С КРУПОЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	200/20	22,18	16,6	21,6	29,4	388
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	180	3,77	3,8	4,5	24	151
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	19,14	12,8	13		168
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	1,46	0,8	4	9,6	76
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		54,26	40,6	44	135,4	1107
<b>Полдник II</b>						
КЕФИР	200	17,78	7,4	6,4	10,2	135
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	100	9,12	13,5	12	64,3	421
Итого		26,90	20,9	18,4	74,5	556
<b>Ужин</b>						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,87	5,6	11,2	26,6	229
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	18,81	9,9	9,5	3,6	140
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	1,91	0,5		20,5	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,59	22,6	21,6	93,1	658
Всего		206,44	137,5	113,7	500,3	3598

Бухгалтер (калькулятор) Сар Сабирова Р.А.

Медицинская сестра ДЛ Давлетшина Г.А.