

Утверждаю

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

МЕНЮ

27 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 И СЫРОМ | 100/20/20 | 23,01 | 11,2 | 23 | 42,6 | 423 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | 1,60 | 3 | 2,4 | 25,2 | 135 |
| Итого | | 30,57 | 19,6 | 36,2 | 94,7 | 782 |
| Полдник | | | | | | |
| СОК ВИНОГРАДНЫЙ | 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 |
| 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 | 2,96 | 1,3 | 3,1 | 13,3 | 86 |
| 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 | | 75,88 | 37 | 29 | 129,1 | 923 |
| Полдник II | | | | | | |
| КЕФИР | 200 | 17,88 | 7,5 | 6,4 | 10,3 | 136 |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ | 90 | 24,92 | 23,6 | 16 | 50,1 | 439 |
| Итого | | 42,81 | 31,1 | 22,4 | 60,4 | 575 |
| Ужин | | | | | | |
| ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ | 180 | 8,03 | 3,6 | 8,6 | 18,5 | 165 |
| РЫБА ЖАРЕНАЯ | 70 | 15,50 | 9,5 | 6,3 | 2 | 104 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200 | 1,60 | 0,5 | | 15,7 | 66 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 5,00 | 6,6 | 0,9 | 42,4 | 204 |
| Итого | | 30,14 | 20,2 | 15,8 | 78,6 | 539 |
| Всего | | 215,46 | 118,2 | 105,4 | 462,6 | 3279 |

Бухгалтер (калькулятор) се/ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дел Давлетшина Г.А.