

Утверждаю

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

МЕНЮ
2 декабря 2022 г.

7-11лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/30	35,08	35,2	10,7	39	396
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,23	3,3	2,7	24,3	135
Итого		50,71	45,2	30,3	105,9	880
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	25,52	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		37,36	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/20	31,92	17	18,2	25,7	345
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	6,12	3,9	8,6	24,1	187
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/40	29,77	11,3	14,3	2	181
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,26	1,4	1,9	7,2	53
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	1,36	0,8	2	4,3	39
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,57			13,6	54
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		77,00	41	45,9	119,3	1063
Полдник II						
КЕФИР	200	18,61	7,8	6,7	10,7	142
ВАФЛИ	40	8,77	1,1	1,3	30,9	142
Итого		27,39	8,9	8	41,6	284
Ужин						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	9,17	4,5	14,6	27,5	261
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ (2 кус)	50/50	18,68	9,8	4,6	3,3	95
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		34,77	21,4	20,1	93,7	645
Всего		227,22	125,9	105,8	438,8	3245

Бухгалтер (калькулятор) сау Сабирава Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.