

Утверждаю

ГБОУ "Тлянче-Тамакская школа-интернат"

/Шамилова Л.Х./

МЕНЮ

17 января 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,72	4	9,7	23	193
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	20,69	11,3	23,2	42,6	426
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,33	3	2,4	25,2	135
Итого		26,73	18,3	35,3	90,8	754
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	20,2	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,78	7,6	1,1	62,6	290
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	250/20	27,89	15,6	15	26,8	315
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	3,28	3,8	4,5	24	151
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ 2шт)	50/50	22,62	12,1	14,4	9,8	216
САЛАТ "СВЕКОЛКА" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	4,65	1,6	3,1	9,6	73
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	2,69			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		65,45	39,7	37,9	132	1036
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	0,00	7,3	6,3	10,5	135
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	28,24	24	10,8	61,3	441
Итого		28,24	31,3	17,1	71,8	576
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	3,71	5	9,1	20,9	186
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,64	9,5	6,3	2	104
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,38	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,06	21,5	16,3	85,5	576
Всего		155,27	118,4	107,7	442,7	3232

Бухгалтер (калькулятор)

Сабинова Р.А.

Медицинская сестра

Давлетшина Г.А.