



Утверждаю

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

МЕНЮ
25 января 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	23,08	11,4	19,2	2,9	229
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,36	3	2,4	25,2	135
Итого		51,85	25,6	44,6	70,7	787
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,46	1	0,2	20,2	86
АПЕЛЬСИН	200	24,85	2	0,4	18,1	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		33,64	9,6	1,5	80,7	386
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	250/20	34,54	15,7	17,9	22,8	326
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	6,09	3,9	8,6	24,1	187
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/40	22,23	11,3	13,3	2	172
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,31	1,3	1,9	6,4	50
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	7,60	2,7	3,4	17,8	114
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	2,72			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		79,82	41,5	46	134,9	1130
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	18,92	7,1	6,1	10,3	132
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	24,17	24,4	6,2	66,1	421
Итого		43,09	31,5	12,3	76,4	553
Ужин						
КАША "ДРУЖБА"	200	8,65	4,9	6,8	27,1	190
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	21,83	10,3	4,6	6	109
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,61	1,9	1,3	16,7	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		38,42	23,7	13,6	92,2	588
Всего		246,80	131,9	118	454,9	3444

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.