

Утверждаю

ГБОУ "Тлянце-Тамакская школа-интернат"
Л.Х.Шамилова

МЕНЮ
12 февраля 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,11	4,3	9,7	23,6	197
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,3	23,2	42,6	426
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,52	3,1	2,4	25,4	136
Итого		37,03	18,7	35,3	91,6	759
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО	220	15,16	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		23,94	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ	250	25,69	14,9	10,3	22,1	240
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	270	34,50	14,8	18,5	16,8	294
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	5,37	1,6	9,8	14,5	153
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	2,78			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		72,67	37,9	39,5	115,2	968
Полдник II						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	10,07	5,6	4,9	9,3	105
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,25	3	3,9	29,8	167
Итого		13,31	8,6	8,8	39,1	272
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	13,49	5,3	6,1	33,1	208
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	24,16	11,1	13,4	5,2	185
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,34	0,5		19,2	81
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		45,31	23,5	20,4	99,9	678
Всего		192,26	97,4	106,2	433,7	3088

Бухгалтер (калькулятор) Саф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.