

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

МЕНЮ
28 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 ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,68	5,3	10,8	25,6	221
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,3	23,2	42,6	426
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,80	4,9	4,5	0,3	61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,40	3	2,4	25,1	134
Итого		48,28	24,5	40,9	93,6	842
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,98	1	0,2	20,2	86
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	15,16	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		21,46	8,7	2,2	88,5	414
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	250/20	25,63	17,5	18,6	26,9	355
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	16,23	5,7	9,1	22,5	199
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	2,21	0,5	0,1	1,1	9
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	2,71			18,6	75
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		66,30	43,1	41,7	111,5	1010
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,78	7,4	6,4	10,7	138
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	26,61	25,5	12,4	63,7	471
Итого		46,39	32,9	18,8	74,4	609
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	9,53	5	9,2	21	188
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	17,42	9,5	8,7	2	126
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,18	0,5		15,8	67
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		34,46	21,6	18,8	81,2	585
Всего		216,89	130,8	122,4	449,2	3460

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.