

Утверждаю

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

МЕНЮ
4 марта 2022 г.
11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,66	5,3	10,8	25,4	220
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,40	3	2,4	25,1	135
Итого		30,87	15	30,6	93,1	709
Полдник						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	22,37	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,32	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/20	31,65	15,2	18	24,9	331
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	16,21	5	8,3	20,2	178
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,97	9,2	5,4		86
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	60	3,51	1,2	2	6,7	50
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	2,79			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		74,46	37,2	34,6	113,6	926
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	30,29	25,6	11,4	63,8	464
Итого		47,68	32,9	17,7	73,8	597
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ С МЯСОМ	250	25,46	13,5	16,3	18,5	274
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,20	1	0,5	16,4	74
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,98	21,1	17,7	77,3	552
Всего		216,30	115,6	102,1	436,1	3157

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.