

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 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
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,3	23,2	42,6	426
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,28	3,3	2,7	24,3	135
Итого		39,35	19,9	36,7	92,3	781
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,95	7,6	1,1	62	287
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ	250	24,93	13,7	10,1	14,8	204
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,53	5,6	11,2	21,7	210
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	18,93	9,4	9,4	1,2	128
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	100	3,19	1	5	5	69
КИСЕЛЬ	200	2,34			34,8	139
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		64,24	36,3	36,6	119,9	954
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,90	7,5	6,4	10,8	139
ПРЯНИКИ	60	5,05	3,5	2,8	45	220
Итого		24,94	11	9,2	55,8	359
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	13,49	5	6	30,7	197
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	25,40	11,5	18,1	3	221
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,70	0,4		25,1	102
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		44,92	23,5	25	101,2	724
Всего		182,40	98,3	108,6	431,2	3105

Бухгалтер (калькулятор) Саб Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.