

Утверждаю

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

МЕНЮ

13 марта 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/35	50,49	35,6	14,3	35,8	417
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	16,9	42,6	349
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,42	3	2,4	25,2	135
Итого		70,72	45,3	33,6	103,6	901
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	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 КРУПОЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	26,71	13,2	16,9	11,1	256
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ	250	39,52	15,5	22,9	23,4	361
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,04			24,3	97
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		73,60	35,3	40,7	101,2	918
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ПРЯНИКИ	60	5,05	3,5	2,8	45	220
Итого		22,43	10,8	9,1	55	353
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	6,09	3,9	8,6	24,1	187
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,41	9,2	9,2		120
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,96	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		30,79	21,6	20	89	620
Всего		206,50	120,6	104,5	410,8	3079

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.