

Утверждаю

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

МЕНЮ
16 марта 2022 г.
11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/30	39,24	33,7	13,6	37,5	413
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20/12	13,80	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	5,78	3,3	2,7	14,6	97
Итого		58,83	43,7	33,7	94,7	864
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	260	15,16	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		24,11	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	40,37	17,4	17,6	36,4	385
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	270	28,91	13,2	16,8	21,7	293
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	100	3,20	1	5	5	70
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,32			34,5	138
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		79,12	38,2	40,3	140	1090
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ВАФЛИ	40	4,70	1,1	1,3	30,9	142
Итого		24,06	8,4	7,6	41,4	277
Ужин						
КАША ПШОННАЯ	200	10,67	5,6	10,9	26,7	228
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	50/50	21,99	10,6	9,2	6	148
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,42	0,5		20,5	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		40,40	23,3	21	95,6	665
Всего		226,51	122,3	104,8	459,6	3307

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.