

Утверждаю

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

МЕНЮ

23 марта 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,63	5,7	10,8	26,1	225
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,41	3	2,4	25,1	135
Итого		30,85	15,4	30,6	93,8	714
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	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						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/20	33,10	16,7	24,2	23,3	387
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	270	35,30	14,5	16,3	25,2	306
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	60	3,88	1,2	5,2	6,7	78
КИСЕЛЬ	200	2,34			34,8	139
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		78,93	39	46,6	132,4	1114
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ВАФЛИ	40	4,70	1,1	1,3	30,9	142
Итого		22,09	8,4	7,6	40,9	275
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	9,55	5,8	7,1	23,4	182
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	50/50	22,00	10,6	9,2	6	148
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,40	0,5		20,1	84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		39,28	23,5	17,2	91,9	618
Всего		195,25	95	104,2	446,9	3132

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.