

Утверждаю

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

МЕНЮ

25 апреля 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	10,62	5,6	10,8	26	223
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	18,09	11,3	23,2	42,6	426
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,80	4,9	4,5	0,3	61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,48	3	2,4	25,2	135
Итого		43,99	24,8	40,9	94,1	845
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
АПЕЛЬСИН	200	0,00	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	9,4	1,5	78,9	376
Обед						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	250/20	25,88	17,1	18,8	24,5	345
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	16,29	5,7	9,1	22,4	198
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	50	2,87	0,8	5	4,7	67
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,34	0,3	0,2	19,3	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		63,56	43,3	47	113,3	1065
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,80	7,4	6,4	10,7	138
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	25,76	25,5	10	63,6	449
Итого		45,56	32,9	16,4	74,3	587
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	9,39	5	9	20,9	185
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,08	9,2	6,4		95
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,45	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,91	21,2	16,3	83,5	566
Всего		184,65	131,6	122,1	444,1	3439

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.