

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 мая 2022 г.
11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,53	3	8,8	17,7	161
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,85	6,7	16,9	42,6	349
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,24	0,4		16,3	67
Итого		20,63	10,1	25,7	76,6	577
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	22,68	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,68	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ	250	30,20	16,4	19,7	23	333
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	14,64	3,6	8,8	28,5	207
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	22,97	10,9	9,3		127
КИСЕЛЬ	200	2,35			34,8	139
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		74,53	37,5	38,7	128,7	1010
Полдник II						
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,24	0,4		16,3	67
ВАФЛИ	40	5,17	1,1	1,3	30,9	142
Итого		6,41	1,5	1,3	47,2	209
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	204	6,13	4	8,6	24,7	191
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,52	9,2	10,2		129
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,93	0,4		10,5	44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		27,96	20,2	19,7	77,6	568
Всего		161,21	78,7	86,9	408,4	2737

Бухгалтер (калькулятор) С.А. Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Д.А. Давлетшина Г.А.