

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 мая 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,15	4	9,7	23	193
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,85	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,41	3,3	2,7	24,3	135
Итого		28,41	14	29,3	89,9	677
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	15,45	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		24,45	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	250	30,43	15,7	10,7	29,1	274
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	270	26,41	13	16,2	20,8	282
САЛАТ "СТЕПНОЙ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	14,45	4,2	6,1	24,9	173
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	4,02			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		79,69	39,5	33,9	136,6	1010
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ВАФЛИ	40	5,17	1,1	1,3	30,9	142
Итого		24,52	8,4	7,6	41,4	277
Ужин						
КАША ПШОННАЯ	200	10,80	5,6	11,2	26,6	229
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	22,75	10,6	15,9	5,9	208
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,96	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		41,88	24,7	29,3	97,4	750
Всего		198,95	95,3	102,3	453,2	3125

Бухгалтер (калькулятор) Сол Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Д Давлетшина Г.А.