

Утверждаю

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

МЕНЮ
13 мая 2022 г.
11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШОННАЯ	200	10,79	5,6	11,2	26,6	229
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,85	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,44	3	2,4	25,1	135
Итого		31,09	15,3	31	94,3	718
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
АПЕЛЬСИН	200	7,43	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		16,44	9,4	1,5	78,9	376
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	250	37,09	15,5	14,7	22,3	284
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	6,09	3,9	8,6	24,1	187
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	18,66	11,3	5,6	3,4	109
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,12	0,9	0,1	2	15
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	3,22			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		69,56	38,2	29,9	113,6	876
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	27,08	27,7	12,4	77,2	533
Итого		44,47	35	18,7	87,2	666
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,52	3,7	5,6	18,4	138
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	24,12	11,1	14,2	1,2	176
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,45	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		35,47	21,8	20,7	82,2	600
Всего		197,02	119,7	101,8	456,2	3236

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.