

Утверждаю

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

МЕНЮ

16 мая 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	23,13	11,4	19,3	2,9	231
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	13,85	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	6,42	3,3	2,7	24,3	135
Итого		43,41	21,4	39,4	69,8	720
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
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	88,5	414
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	250/20	38,79	16,1	17,7	23,5	328
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	200	6,03	7,9	8,7	16,4	174
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ 2шт)	50/50	25,06	12,1	12	9,8	195
САЛАТ "СВЕКОЛКА" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	3,02	1,1	3,2	6,4	59
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	4,27			24,1	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		81,54	43,8	42,5	122,6	1056
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ШАНГИ С КАРТОФЕЛЕМ	90	17,82	13,7	10,7	85,2	492
Итого		37,17	21	17	95,7	627
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,40	3	4,9	13,8	112
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	20,54	10,3	4,3	5,8	105
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,54	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		32,85	21,8	11,4	84,5	530
Всего		219,42	116,7	112,5	461,1	3347

Бухгалтер (калькулятор) се Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.