

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 сентября 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	10,40	5,3	10,8	25,5	221
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	17,4	42,6	354
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	8,80	4,9	4,5	0,3	61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,42	3	2,4	25,1	135
Итого		34,10	19,9	35,1	93,5	771
Полдник						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ГРУША	270	0,00	1,2	0,9	29,7	136
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	8,8	2	91,7	423
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	26,41	15,7	14,6	30,5	324
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	260	28,21	15,7	17,9	34,7	362
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	7,13	2,4	3	11,8	87
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	0,03			15,6	63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		61,78	40,4	36,4	135	1040
Полдник II						
КЕФИР	200	17,70	7,4	6,4	10,2	135
ОЛАДЫИ	100/15	5,31	7,7	10,6	41,2	290
Итого		23,01	15,1	17	51,4	425
Ужин						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,53	5,7	11,2	26,7	230
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	0,64	9,2	6,1		93
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,4		15,4	64
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		11,17	21,9	18,2	84,5	591
Всего		134,69	106,1	108,7	456,1	3250

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.