

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 сентября 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	200/20	41,58	33,2	10,8	20,8	326
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,40	3,3	2,7	24,3	135
Итого		56,45	43,2	30,4	87,7	810
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	220	12,87	0,9	0,9	21,6	103
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		17,50	8,5	2	83,6	390
Обед						
СУП С КРУПОЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/20	25,99	15,6	13,6	28,9	309
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	202	8,37	3,9	12,3	24,2	223
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	24,33	11,9	15,6	6	212
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	80	0,22	1	2	7,2	53
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,03			18,2	73
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		58,94	39	44,4	126,9	1074
Полдник II						
КЕФИР	200	18,08	7,5	6,5	10,4	138
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		18,08	11	9,3	55,4	358
Ужин						
КАША РИСОВАЯ	200	8,43	1,7	12,3	18	191
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	0,58	9,8	5,6	3,5	104
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,52	1,9	1,3	21,7	105
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		11,52	20	20,1	85,6	604
Всего		162,50	121,7	106,2	439,2	3236

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

Медицинская сестра Д.С. Давлетшина Г.А.