

Утверждаю

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

МЕНЮ

2 октября 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20	35,75	34,3	9,5	30,9	349
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	1,23	3,3	2,7	24,3	136
Итого		51,38	44,3	29,1	97,8	834
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	14,25	1,1	1,1	25,9	124
Итого		21,09	2,1	1,3	45,5	207
Обед						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	36,60	16,8	16	37,1	366
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	7,19	3,7	9,1	16,6	161
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	35,34	12,5	22,4	8,4	285
КИСЕЛЬ ФЛОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,71			30	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		86,85	39,6	48,4	134,5	1136
Полдник II						
КЕФИР	200	17,86	7,4	6,4	10,3	136
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		22,86	14	7,3	52,7	340
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	5,98	5,9	6,9	37,9	237
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	19,63	10,3	8,4	6	143
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,23	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,84	24,7	17,5	108,8	693
Всего		214,02	124,7	103,6	439,3	3210

Бухгалтер (калькулятор) Саф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.