

Утверждаю

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

МЕНЮ

20 октября 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,97	5,4	10,8	26,9	224
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		30,57	19,6	36,2	94,7	782
Полдник						
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
БАНАН	180	24,22	2,7	0,9	37,8	173
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		36,06	10,3	2	99,8	460
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	35,51	16,6	13,6	33,4	330
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	250	32,97	13,4	14,5	22,5	274
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	70	3,29	1,3	3,1	13,3	86
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,94			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		79,72	37,9	32,1	131	971
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,38	7,3	6,3	10,5	135
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ	90	25,72	23,8	16,1	50,1	441
Итого		45,10	31,1	22,4	60,6	576
Ужин						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	200	10,64	4,7	8,6	22,9	188
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,17	9,5	6,3	2	104
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,60	0,4		15,4	63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		33,41	21,2	15,8	82,7	559
Всего		224,87	120,1	108,5	468,8	3348

Бухгалтер (калькулятор) А.К.У. Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Д.А.У. Давлетшина Г.А.