

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 октября 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	5,80	5,3	10,8	25,8	222
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		30,41	19,5	36,2	93,6	780
Полдник						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	14,25	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,09	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/20	34,85	18,1	18,6	31,6	377
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	200	5,87	4,1	4,4	24,5	154
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	19,14	12,8	13		168
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	2,86			18	72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		67,72	41,6	36,9	116,5	975
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	18,61	7	6	10,1	130
ОЛАДЫИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/30	10,66	12,9	16,4	78,1	512
Итого		29,27	19,9	22,4	88,2	642
Ужин						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,90	4,4	10,1	24,7	205
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	19,15	10,2	11	5,6	162
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,62	0,4		15,6	64
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,68	21,6	22	88,3	635
Всего		185,16	111,3	119,7	474,5	3443

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.