

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 ноября 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,80	5,7	10,8	26,2	225
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	17,4	42,6	354
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,91	0,4		20,2	82
Итого		22,11	12,8	28,2	89	661
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ГРУША	270	35,51	1,1	0,8	27,8	127
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		47,35	8,7	1,9	89,8	414
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	250	32,71	15,8	10,6	31,5	284
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	222	35,31	14,4	23,3	16,2	332
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	3,20	1,4	1,9	7,2	53
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	5,76	0,5	0,1	1,1	9
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	2,84			17,8	71
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		84,82	38,7	36,8	116,2	953
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,81	7,4	6,4	10,7	138
ВАФЛИ	40	8,77	1,1	1,3	30,9	142
Итого		28,59	8,5	7,7	41,6	280
Ужин						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	9,10	4,5	14,4	27,7	261
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,51	9,5	8,3	2,1	122
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,21	23,6	26	97,4	722
Всего		214,08	92,3	100,6	434	3030

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.