

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
12 ноября 2022 г.  
11-17 лет



| Наименование блюда                             | Выход  | Цена,<br>руб. | Химический состав |         |             | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал |
|------------------------------------------------|--------|---------------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
|                                                |        |               | Белки, г          | Жиры, г | Углеводы, г |                                     |
| Завтрак                                        |        |               |                   |         |             |                                     |
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ     | 200    | 6,01          | 5,4               | 10,8    | 27,3        | 227                                 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                             | 100/20 | 14,40         | 6,7               | 17,4    | 42,6        | 354                                 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                     | 200    | 1,60          | 3                 | 2,4     | 25,2        | 135                                 |
| Итого                                          |        | 22,00         | 15,1              | 30,6    | 95,1        | 716                                 |
| Полдник                                        |        |               |                   |         |             |                                     |
| СОК ВИНОГРАДНЫЙ                                | 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 С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ                   | 250    | 32,80         | 15,9              | 10,6    | 31,5        | 284                                 |
| ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ                               | 251    | 32,44         | 13,5              | 14,8    | 22,7        | 278                                 |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ                     | 60     | 2,30          | 0,8               | 3,3     | 10,8        | 77                                  |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С<br>ВИТАМИНОМ "С" | 200    | 2,94          |                   |         | 19,4        | 77                                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                           | 100    | 5,00          | 6,6               | 0,9     | 42,4        | 204                                 |
| Итого                                          |        | 75,49         | 36,8              | 29,6    | 126,8       | 920                                 |
| Полдник II                                     |        |               |                   |         |             |                                     |
| РЯЖЕНКА                                        | 200    | 20,16         | 7,5               | 6,5     | 10,9        | 140                                 |
| ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ                    | 90     | 25,19         | 23,8              | 16,3    | 50,3        | 445                                 |
| Итого                                          |        | 45,34         | 31,3              | 22,8    | 61,2        | 585                                 |
| Ужин                                           |        |               |                   |         |             |                                     |
| ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ                                 | 200    | 8,03          | 4,6               | 8,6     | 22,2        | 185                                 |
| РЫБА ЖАРЕНАЯ                                   | 70     | 15,52         | 9,6               | 5,6     | 2,2         | 99                                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200    | 1,54          | 0,4               |         | 14,4        | 59                                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                           | 100    | 5,00          | 6,6               | 0,9     | 42,4        | 204                                 |
| Итого                                          |        | 30,09         | 21,2              | 15,1    | 81,2        | 547                                 |
| Всего                                          |        | 220,27        | 113,1             | 100     | 454,1       | 3182                                |

Бухгалтер (калькулятор) Сау Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.