

Утверждаю

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

МЕНЮ

1 декабря 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
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,2	23	42,6	423
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	7,20	4,9	4,5	0,3	61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		37,60	24,8	40,7	94,3	844
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ГРУША	270	0,00	1,1	0,8	27,8	127
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		11,84	8,7	1,9	89,8	414
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	250	32,69	15,8	10,6	31,5	284
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	270	34,36	14,5	13,9	29	300
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	3,28	1,7	6,4	12,3	115
КИСЕЛЬ	200	2,36			24,3	97
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		77,69	38,6	31,8	139,5	1000
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,38	7,3	6,3	10,5	135
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	22,83	23,6	14,3	50,1	425
Итого		42,21	30,9	20,6	60,6	560
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,84	5,8	7,4	23,5	185
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	19,61	10,3	9,8	6	155
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	1,91	0,5		20,5	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,36	23,2	18,1	92,4	629
Всего		200,70	126,2	113,1	476,6	3447

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.