

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

**МЕНЮ**  
 27 декабря 2021 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	10,17	5,6	11	27,1	228
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	20,67	11,2	23	42,6	423
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,07	3,3	2,7	24,3	135
Итого		36,91	20,1	36,7	94	786
<b>Полдник</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ГРУША	270	36,89	1,1	0,8	27,8	127
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,31	6,6	0,9	42,4	204
Итого		45,66	8,7	1,9	89,8	414
<b>Обед</b>						
СУП- ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	27,86	16,3	10,9	32,1	291
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	200	3,39	8,9	4,6	18,5	152
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	23,79	12,5	14,3	6,8	206
САЛАТ "СВЕКОЛКА" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	4,88	1,7	5,1	10,3	94
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,72			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,31	6,6	0,9	42,4	204
Итого		66,95	46	35,8	129,5	1024
<b>Полдник II</b>						
ВАФЛИ	40	4,70	1,1	1,3	30,9	142
КЕФИР	200	19,40	8,1	7	11,2	148
Итого		24,10	9,2	8,3	42,1	290
<b>Ужин</b>						
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	200	3,10	1,6	4,2	17,8	116
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	22,53	11,8	13,7	5,3	192
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	50	3,38	1,4	4,8	5,4	70
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,62	0,4		25,1	102
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,31	6,6	0,9	42,4	204
Итого		34,94	21,8	23,6	96	684
Всего		208,56	105,8	106,3	451,4	3198

Бухгалтер (калькулятор) Саф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.