

Утверждаю



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

МЕНЮ

13 января 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,34	5,4	10,8	26,9	224
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	20,69	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,33	3	2,4	25,2	135
Итого		28,35	19,6	36,2	94,7	782
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,78	7,6	1,1	62	287
Обед						
СУП С КРУПОЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	23,06	14	17,5	14,2	276
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МЯСОМ	250	31,15	14,7	14,7	22,1	280
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	3,58	0,9	3	2,9	44
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	2,72			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		64,84	36,2	36,1	101	881
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	16,26	7	6,1	10,2	131
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	28,36	25,5	13	63,6	476
Итого		44,62	32,5	19,1	73,8	607
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	5,20	3,9	8,6	24,1	187
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	19,64	10,1	4,6	4,9	103
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,38	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		30,54	21	14,1	91,6	576
Всего		177,13	116,9	106,6	423,1	3133

Бухгалтер (калькулятор) Саф Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.