

Утверждаю

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

МЕНЮ
 14 января 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/25	57,26	35,8	13,9	35,1	410
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	12,01	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЦ.	200	1,16	3,2	2,7	24,3	135
Итого		70,44	45,7	34	102	899
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,46	1	0,2	20,2	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,78	7,6	1,1	62,6	290
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	250/20	36,53	16,4	17,5	24,6	333
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	200	5,18	8,9	8,3	18,6	185
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ 2шт)	50/50	22,94	12,1	17,1	9,8	240
САЛАТ "СВЕКОЛКА" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	4,90	1,7	5,3	10,3	96
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,70			19	76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		76,58	45,7	49,1	124,7	1134
Полдник II						
КЕФИР	200	17,32	7,3	6,3	10	133
ВАФЛИ	40	4,70	1,1	1,3	30,9	142
Итого		22,02	8,4	7,6	40,9	275
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,06	5,8	7,4	23,5	185
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,69	9,8	6,3	3,5	110
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,38	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,46	24,1	15,9	91,9	608
Всего		204,28	131,5	107,7	422,1	3206

Бухгалтер (калькулятор)

Сай

Сабилова Р.А.

Медицинская сестра

Дав

Давлетшина Г.А.

