

Утверждаю

ГБОУ "Тяньче-Тамакская школа-интернат"

Шамилова Л.Х. /Шамилова Л.Х./

МЕНЮ

15 января 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	5,08	5,8	11,6	24,7	226
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		27,09	20	37	92,5	784
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	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 КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ	250	22,11	13,8	10,1	15,3	206
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	250	29,15	14,1	22,6	24,8	359
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	60	4,88	1,5	5	7,6	82
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	2,74			19,9	79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		63,20	36	38,6	110	930
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	0,00	7,3	6,3	10,5	135
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	27,55	24,6	8,4	49,7	373
Итого		27,55	31,9	14,7	60,2	508
Ужин						
МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	3,28	3,8	4,5	24	151
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ	50/50	20,67	10,3	8,5	6	143
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		29,65	21,1	13,9	92,6	580
Всего		156,28	116,6	105,3	417,3	3089

Бухгалтер (калькулятор)

Сабирова Р.А.

Сабирова Р.А.

Медицинская сестра

Давлетшина Г.А.

Давлетшина Г.А.

