

Утверждаю

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



МЕНЮ
19 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	10,87	5,4	10,8	26,9	224
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,36	3	2,4	25,2	135
Итого		39,64	19,6	36,2	94,7	782
Полдник						
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	0,00	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,78	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	250	28,15	16	10,5	32,2	287
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	250	24,55	13,4	14,5	22,3	273
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	90	7,69	2,3	5	11,5	102
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,72			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		67,43	38,3	30,9	127,8	943
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	24,50	25,5	8,9	62,6	434
Итого		43,85	32,8	15,2	73,1	569
Ужин						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	200	14,26	4	7,8	22,8	178
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	24,35	11,3	13,5	7,8	197
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,19	0,4		16,3	67
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		44,12	22,3	22,2	89,3	646
Всего		203,83	122,4	106	463,2	3313

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирава Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.