

Утверждаю

ГБОУ "Тлячче-Тамажская школа-интернат"
/Шамилова Л.Х./

МЕНЮ
24 января 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	44,01	34,2	9,9	38	381
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,21	3,3	2,7	24,3	135
Итого		64,03	44,2	29,5	104,9	865
Полдник						
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	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		45,67	8,7	1,9	89,8	414
Обед						
СУП С КРУПОЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	20,61	16,1	22,3	14,5	333
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	200	14,31	4	10,5	23,4	205
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	2,21	0,5	0,1	1,1	9
НАПИТОК 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		59,36	40	46,8	100,8	996
Полдник II						
КЕФИР	200	17,78	7,4	6,4	10,2	136
ВАФЛИ	40	4,70	1,1	1,3	30,9	142
Итого		22,48	8,5	7,7	41,1	278
Ужин						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,94	4,5	10,7	22,6	205
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ	50/50	25,03	10,4	15,5	6,1	206
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,90	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		44,19	23,4	28,4	93,6	724
Всего		235,73	124,8	114,3	430,2	3277

Бухгалтер (калькулятор)  Сабирова Р.А.

Медицинская сестра  Давлетшина Г.А.