

Утверждаю

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

МЕНЮ
26 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	200/30	50,96	35,8	14,6	38	428
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,21	3,3	2,7	24,3	135
Итого		70,98	45,8	34,7	104,9	917
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ГРУША	270	36,89	1,1	0,8	27	123
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		45,67	8,7	1,9	89	410
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	27,00	16,7	13,6	29,7	318
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,53	5,6	11,2	21,7	210
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	20,29	10,8	10,3		136
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	5,59	1,6	8,8	14,5	144
КИСЕЛЬ	200	2,27			34,8	139
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		70,00	41,3	44,8	143,1	1151
Полдник II						
КЕФИР	200	16,99	7,1	6,1	9,8	130
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,25	3	3,9	29,8	167
Итого		20,24	10,1	10	39,6	297
Ужин						
ПЛОВ ИЗ ПЕРЛОВ. КР. С ГОВЯДИНОЙ	270	27,38	13,6	17,7	18,7	287
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	4,56	0,5		20,5	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		36,26	20,7	18,6	81,6	576
Всего		243,15	126,6	110	458,2	3351

Бухгалтер (калькулятор)

Сабилова Р.А.

Медицинская сестра

Давлетшина Г.А.