

Утверждаю

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

МЕНЮ
7 февраля 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	200/30	44,44	34,6	10,3	36,3	379
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,26	3,3	2,7	24,3	135
Итого		64,50	44,6	29,9	103,2	863
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	22,37	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,15	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП- ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРИЦЕЙ	250	22,31	17,9	14,4	30,7	324
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	200	6,03	8	8,7	16,4	174
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	5,29	1,6	9	14,6	146
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,51			14,4	57
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		55,63	46,9	46	118,5	1073
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,25	3	3,9	29,8	167
Итого		20,63	10,3	10,2	39,8	300
Ужин						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,96	4,5	10,7	22,7	206
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	23,80	10,1	13	4,4	175
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,71	2,2	1,6	23,2	116
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		43,79	23,4	26,2	92,7	701
Всего		215,71	134,6	113,8	432,5	3310

Бухгалтер (калькулятор) С.С. Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Д.Д. Давлетшина Г.А.