

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
10 февраля 2022 г.  
11-17 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	48,24	34,5	13,1	34,8	399
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	16,9	42,6	349
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,38	3	2,4	25	134
Итого		68,43	44,2	32,4	102,4	882
<b>Полдник</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	260	15,16	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		23,94	8,7	2,2	87,9	411
<b>Обед</b>						
СУП С КРУПОЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	27,72	14,1	18,2	14,3	286
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ	270	38,04	15,7	17,9	25,6	326
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	60	4,15	1,2	7,6	6,7	100
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,78			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		77,02	37,6	44,6	108,4	993
<b>Полдник II</b>						
РЯЖЕНКА	200	20,08	7,5	6,5	10,9	140
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,25	3	3,9	29,8	167
Итого		23,33	10,5	10,4	40,7	307
<b>Ужин</b>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	201	6,11	3,9	8,6	24,3	188
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	17,05	9,2	6,2		93
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	5,24	2,5	1,8	23,7	122
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		32,71	22,2	17,5	90,4	607
Всего		225,43	123,2	107,1	429,8	3200

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.