

Утверждаю

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

МЕНЮ
20 февраля 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,62	5,6	10,8	26	223
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,40	3	2,4	25,1	135
Итого		30,83	15,3	30,6	93,7	712
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	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
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	31,89	17	16,1	24,9	322
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	270	34,72	14,9	15,9	32,2	332
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ый ВАРИАНТ)	100	7,27	2,5	5	12,7	108
КИСЕЛЬ	200	2,08			30	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		80,29	41	37,9	142,2	1086
Полдник II						
КЕФИР	200	18,13	7,6	6,5	10,4	138
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	24,10	24	10,9	61,3	442
Итого		42,23	31,6	17,4	71,7	580
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	200	4,44	3	4,8	18,6	130
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	21,85	11	10	5,1	154
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,14	0,5		15,7	66
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		33,75	21,1	15,7	81,8	554
Всего		211,04	117,7	103,8	477,3	3343

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.