

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 февраля 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	24,87	11,5	18,4	3	221
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,42	3	2,4	25,2	135
Итого		53,70	25,7	43,8	70,8	779
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,46	1	0,2	20,2	86
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	78,9	376
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	250/25	38,62	16,3	15,8	24,3	317
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	3,64	3,8	4,4	24,1	150
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	2,53	1,6	1,9	8,5	59
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/40	24,90	11,3	18,3	2	217
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	2,49	0,6	0,1	1,3	10
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	2,79			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		79,29	40,2	41,4	122	1034
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	23,64	24,1	6,2	61,4	401
Итого		41,03	31,4	12,5	71,4	534
Ужин						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,64	5,7	10,8	26,2	225
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,96	9,2	5,5		87
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,34	0,5		18,9	79
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		35,26	22	17,2	87,5	595
Всего		240,43	128,7	116,4	430,6	3318

Бухгалтер (калькулятор) Сау Сабилова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.