

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
23 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>						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,68	5,3	10,8	25,6	221
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,3	23,2	42,6	426
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,42	3	2,4	25,2	135
Итого		39,51	19,6	36,4	93,4	782
<b>Полдник</b>						
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
<b>Обед</b>						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ	250	25,37	13,9	10,2	15,3	208
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,54	5,7	11,2	21,9	210
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,92	9,5	4,4	2,1	87
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	7,31	2,5	5,1	12,8	110
КИСЕЛЬ	200	2,34			34,8	139
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		66,80	38,2	31,8	129,3	958
<b>Полдник II</b>						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ВАФЛИ	40	4,70	1,1	1,3	30,9	142
Итого		24,06	8,4	7,6	41,4	277
<b>Ужин</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	200	6,56	3,1	8,9	13,9	147
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	25,77	11,6	19,1	3,6	232
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,94	1,9	1,3	22,1	107
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		40,60	23,2	30,2	82	690
Всего		194,91	98,1	108,2	434	3118

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

Медицинская сестра Д.А. Давлетшина Г.А.