

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 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	42,61	33,4	9,2	35,1	360
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЦ.	200	5,76	3,3	2,7	14,6	97
Итого		62,18	43,4	29,3	92,3	811
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	4,46	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	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						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/20	34,38	20,2	21,7	39,5	449
РИС ОТВАРНОЙ	200	5,97	1,7	8,3	17,9	153
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,34			34,8	139
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		62,19	41,3	43,9	134,6	1113
Полдник II						
КЕФИР	200	17,87	7,5	6,4	10,3	136
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,25	3	3,9	29,8	167
Итого		21,12	10,5	10,3	40,1	303
Ужин						
КАША ПШОННАЯ	200	10,80	5,6	11,2	26,6	229
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	23,43	9,7	18,3	2,5	214
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,45	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		40,00	22,3	30,4	91,7	729
Всего		209,43	126,2	116,1	446,6	3367

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабилова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.