

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
15 марта 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 ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,63	5,7	10,8	26,1	225
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,41	3	2,4	25,1	135
Итого		39,46	19,9	36,2	93,8	783
<b>Полдник</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
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		31,32	9,4	1,5	78,3	373
<b>Обед</b>						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ	250	25,47	14	10,3	14,8	207
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	270	32,23	14,1	17,6	14,9	276
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	50	4,35	1,4	5,6	5,4	78
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	3,21	0,8	9,5	9,4	126
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	2,77			19	76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		72,34	36,9	43,9	105,9	967
<b>Полдник II</b>						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ПРЯНИКИ	60	5,05	3,5	2,8	45	220
Итого		22,43	10,8	9,1	55	353
<b>Ужин</b>						
МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,11	3,9	8,6	24,2	188
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,87	9,2	4,6		79
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,96	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		30,26	21,6	15,4	89,1	580
Всего		195,82	98,6	106,1	422,1	3056

Бухгалтер (калькулятор) \_\_\_\_\_ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра  \_\_\_\_\_ Давлетшина Г.А.