

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
19 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	10,95	5,4	10,8	28	229
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	100/20	12,93	11,1	6,5	42,4	274
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,32	2,9	2,4	24,9	133
Итого		30,20	19,4	19,7	95,3	636
<b>Полдник</b>						
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,95	7,6	1,1	62	287
<b>Обед</b>						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	255	21,90	17,5	14,4	29,1	315
ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	271	19,84	15,4	23,1	22,7	360
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	60	2,62	0,7	5,6	4	70
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,71			17,9	72
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		51,40	40,2	44	116,1	1021
<b>Полдник II</b>						
КЕФИР	200	18,68	7,8	6,7	10,7	142
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	90/15	6,66	8,6	14,5	50,4	366
Итого		25,34	16,4	21,2	61,1	508
<b>Ужин</b>						
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	200	12,30	3,8	5,2	21,6	148
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,04	9,2	6		92
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,49	0,5		20,5	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		36,15	20,1	12,1	84,5	529
Всего		152,04	103,7	98,1	419	2981

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

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