

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
16 апреля 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	24,87	11,5	18,4	3	221
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,80	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,32	3,1	2,6	24,2	134
Итого		44,99	21,3	37,9	69,8	704
<b>Полдник</b>						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	15,45	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		24,40	8,7	2,2	87,9	411
<b>Обед</b>						
СУП С КРУПОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	250	22,56	16,7	24,1	26	388
РИС ОТВАРНОЙ	204	6,01	1,8	8,4	18,3	155
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	1,35			24,9	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		49,42	37,9	46,4	111,6	1015
<b>Полдник II</b>						
РЯЖЕНКА	200	22,12	8,3	7,1	12	154
ПРЯНИКИ	60	5,05	3,5	2,8	45	220
Итого		27,17	11,8	9,9	57	374
<b>Ужин</b>						
МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	203	6,12	3,9	8,6	24,5	190
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,52	9,2	10,2		129
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	4,18	1,9	1,3	26,6	125
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,15	21,6	21	93,5	648
Всего		177,12	101,3	117,4	419,8	3152

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабинова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.