

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

МЕНЮ
17 апреля 2022 г.
11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,62	5,6	10,8	26	223
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	22,41	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,46	3	2,4	25,2	135
Итого		39,49	19,8	36,2	93,8	781
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	0,00	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		8,95	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	250	22,61	17,6	14,4	29,1	315
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	200	4,32	3	4,8	13,7	110
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
КИСЕЛЬ	200	2,08			30	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,32	6,6	0,9	42,4	204
Итого		48,51	40	33,1	115,2	917
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	26,82	25,8	16,1	63,6	505
Итого		46,17	33,1	22,4	74,1	640
Ужин						
КАША ПШОННАЯ	180	10,79	5,6	11,2	26,6	229
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ	50/50	16,84	9,3	10,2	0,7	132
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		33,40	21,9	22,3	89,9	647
Всего		176,52	124,2	115,5	451,3	3358

Бухгалтер (калькулятор) Са Сабинова Р.А.

Медицинская сестра Д Давлетшина Г.А.