

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
22 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	23,05	11,4	19,2	2,9	229
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	18,09	11,3	23,2	42,6	426
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	6,45	3,3	2,7	24,3	136
Итого		47,58	26	45,1	69,8	791
<b>Полдник</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	15,45	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		20,08	8,7	2,2	88,5	414
<b>Обед</b>						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/20	30,82	17,8	21,8	31,3	402
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	200	6,02	7,9	8,7	16,4	174
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ "СТЕПНОЙ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	7,40	2,1	5,2	12,1	105
КИСЕЛЬ	200	1,82			25,1	101
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		61,24	47,2	49,6	127,3	1154
<b>Полдник II</b>						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ	90	27,81	25,6	11,3	63,7	460
Итого		45,20	32,9	17,6	73,7	593
<b>Ужин</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	9,61	5,8	7,2	23,3	182
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,84	9,2	4,3		76
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,66	0,5		25,4	105
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		29,10	22,1	12,4	91,1	567
Всего		203,20	136,9	126,9	450,4	3519

Бухгалтер (калькулятор)  Сабилова Р.А.

Медицинская сестра  Давлетшина Г.А.