

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 апреля 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	10,91	5,4	10,8	27,1	226
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	16,9	42,6	349
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,44	3	2,4	25,1	135
Итого		26,83	15,1	30,1	94,8	710
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	10,30	0,7	0,7	17,2	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		14,93	8,3	1,8	79,2	370
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ	250	25,45	14,4	10,3	18,3	223
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	250	33,93	14,7	20,1	16,6	308
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	50	4,36	1,3	5,6	4,8	75
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	3,43	0,5		20,5	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		67,17	37,5	36,9	102,6	895
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ВАФЛИ	40	5,84	1,3	1,5	35	160
Итого		25,20	8,6	7,8	45,5	295
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	14,90	5	6,2	30,7	199
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	20,00	9,5	15,3	1,8	184
ЧАЙ С САХАРОМ	180	1,62	0,4		23,4	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		36,52	21,5	22,4	98,3	682
Всего		170,64	91	99	420,4	2952

Бухгалтер (калькулятор)  Сабирова Р.А.

Медицинская сестра  Давлетшина Г.А.