

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
26 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
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	18,09	11,2	23	42,6	423
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,45	3,3	2,7	24,3	136
Итого		49,40	26	44,1	69,9	780
<b>Полдник</b>						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	0,00	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	9,4	1,5	78,3	373
<b>Обед</b>						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	26,52	18,1	26,2	29,9	437
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	17,15	5,1	10,1	30,8	233
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	1,70	0,5		25,4	105
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		60,56	43,1	50,2	128,5	1147
<b>Полдник II</b>						
КЕФИР	200	17,79	7,4	6,4	10,2	136
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		17,79	10,9	9,2	55,2	356
<b>Ужин</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	200	4,32	3	4,8	13,7	110
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	19,48	9,4	14,2	1,2	171
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	6,74	3,2	2,4	29,8	154
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		30,54	22,2	22,3	87,1	639
Всего		162,91	111,6	127,3	419	3295

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.