

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 апреля 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20	47,84	34,5	13,1	29,3	375
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,45	3,3	2,7	24,3	136
Итого		63,77	44,5	32,7	96,2	860
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	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
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/20	31,74	18,1	23,8	23,9	394
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	6,09	3,9	8,6	24,1	187
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ "СТЕПНОЙ" С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	6,94	1,9	5,1	9,4	92
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	1,45	0,5		20,6	87
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		61,40	43,8	51,4	120,4	1132
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		19,35	10,8	9,1	55,5	355
Ужин						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,25	5,5	6,7	25,9	187
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	21,01	10,1	11,5	4,9	165
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,96	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		33,23	24,1	20,4	95,7	665
Всего		182,38	132,6	115,1	446,1	3385

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.