

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 апреля 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,66	5,3	10,8	25,4	220
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	8,80	5,1	4,6	0,3	63
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,48	3	2,4	25,2	135
Итого		35,43	20,1	35,2	93,5	772
Полдник						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	200	11,73	0,8	0,8	19,6	94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		16,36	8,4	1,9	81,6	381
Обед						
СУП С КРУПОЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/20	18,08	14,5	19	15,4	300
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	12,90	3,9	7	16,4	147
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	15,18	12,8	13		168
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	4,24	1,6	2,1	9,6	65
КИСЕЛЬ	200	2,08			30	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		52,48	39,4	42	113,8	1004
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	21,29	8	6,9	11,6	149
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	19,80	19,9	13,2	62,8	450
Итого		41,09	27,9	20,1	74,4	599
Ужин						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,52	3,7	5,6	18,4	138
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	20,37	10,5	9,9	6,6	157
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		27,33	21,3	16,4	88	586
Всего		172,69	117,1	115,6	451,3	3342

Бухгалтер (калькулятор) се/ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Д Давлетшина Г.А.