

Утверждаю

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

МЕНЮ
4 мая 2022 г.
11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,96	2,8	12,3	21,3	207
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,85	6,7	17,4	42,6	354
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	8,80	5,1	4,6	0,3	63
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,19	0,4		15,4	63
Итого		31,80	15	34,3	79,6	687
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	22,68	1,8	0,4	16,3	86
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	90	4,77	9,6	1,9	59,2	292
Итого		32,08	12,4	2,5	95,1	461
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	250	29,44	14,2	14,8	25,1	289
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	6,09	3,9	8,6	24,1	187
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	24,12	11,1	14,2	1,2	176
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,76			14,6	58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		67,79	35,8	38,5	107,4	914
Полдник II						
ВАФЛИ	40	5,17	1,1	1,3	30,9	142
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,19	0,4		15,4	63
Итого		6,36	1,5	1,3	46,3	205
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,32	3	4,8	13,7	110
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,40	9,2	9,2		120
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,19	0,4		15,4	63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,28	19,2	14,9	71,5	497
Всего		164,32	83,9	91,5	399,9	2764

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.