


Утверждаю

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

МЕНЮ
17 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	10,63	5,7	10,8	26,1	224
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,85	6,7	16,9	42,6	349
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,48	3	2,4	25,2	135
Итого		30,97	15,4	30,1	93,9	708
Полдник						
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	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		9,00	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ	250	26,01	15,1	10,4	22,1	242
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	250	34,26	14,7	18,4	16,3	292
СОУС МОЛОЧНЫЙ № 368	50	3,63	1,3	4,7	5,1	67
МОРКОВЬ ПРИПУЩЕННАЯ	70	3,20	1	5	5	70
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	4,27			24,1	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		75,75	38,7	39,4	115	971
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ВАФЛИ	40	5,87	1,3	1,5	35,1	161
Итого		23,26	8,6	7,8	45,1	294
Ужин						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	8,10	5,6	7	21,7	173
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	21,16	10,8	13,7	5,9	191
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,02	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		34,65	23,4	21,6	90,2	650
Всего		173,63	95,5	100,4	422,5	2996

Бухгалтер (калькулятор)  Сабирова Р.А.

Медицинская сестра  Давлетшина Г.А.