

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
18 мая 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/30	45,62	35,1	10,6	39,2	397
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,85	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	5,90	3,3	2,7	14,6	97
Итого		65,37	45,1	30,7	96,4	848
<b>Полдник</b>						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	260	15,45	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		24,45	8,7	2,2	87,9	411
<b>Обед</b>						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	39,27	16,5	12,6	32,9	320
РИС ОТВАРНОЙ	200	5,96	1,7	8,3	17,9	153
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	24,84	11,8	14,3	5,8	199
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	90	0,00	0,9	0,1	1,9	15
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,08			30	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		76,52	37,5	36,2	130,9	1011
<b>Полдник II</b>						
РЯЖЕНКА	200	19,72	7,4	6,4	10,7	138
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	90	10,99	10,4	10,7	66,3	402
Итого		30,71	17,8	17,1	77	540
<b>Ужин</b>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,68	3,1	8,9	13,8	147
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,52	9,7	9,2	3,4	136
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,54	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,11	21,3	20,3	82,1	596
Всего		228,17	130,4	106,5	474,3	3406

Бухгалтер (калькулятор) Сез Сабилова Р.А.

Медицинская сестра Дюк Давлетшина Г.А.