

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 мая 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	200/30	49,50	35,2	13,8	33,9	404
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	13,85	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	6,40	3,3	2,7	24,3	135
Итого		69,75	45,2	33,4	100,8	888
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		9,00	7,6	1,1	62	287
Обед						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/20	40,78	16,8	18,2	28,3	355
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	6,08	3,9	8,6	24,1	187
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (2 шт)	40/40	25,35	12,3	13,4	8,5	204
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		77,61	40	41,1	123,5	1032
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ВАФЛИ	40	5,17	1,1	1,3	30,9	142
Итого		24,52	8,4	7,6	41,4	277
Ужин						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,61	5,6	10,8	26	223
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	14,08	8,3	10,3	3,4	138
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		30,09	20,9	22	92	647
Всего		210,97	122,1	105,2	419,7	3131

Бухгалтер (калькулятор) Саф Сабилова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.