

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 мая 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
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	13,85	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	6,44	3	2,4	25,1	135
Итого		30,95	15	30,6	93,1	709
Полдник						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	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 КРУПОЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	34,01	14,9	17,6	31,6	352
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	270	37,84	15,5	18,4	18,3	303
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	3,10	1,1	3,9	6,4	65
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	3,51			9,7	39
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	4,37	6,6	0,9	42,4	204
Итого		82,83	38,1	40,8	108,4	963
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	90	14,86	12,6	7,1	85,2	455
Итого		32,25	19,9	13,4	95,2	588
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,31	3	4,8	13,7	110
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	18,72	8,9	9,5	5,8	144
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		28,42	18,9	15,2	82,1	540
Всего		183,46	101,3	101,5	457,1	3173

Бухгалтер (калькулятор) Са Сабилова Р.А.

Медицинская сестра Д Давлетшина Г.А.