

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 мая 2022 г.
11-17 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	202	23,37	11,4	20,2	2,9	238
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	11,18	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	5,44	3,3	2,7	24,3	136
Итого		39,98	21,4	39,8	69,8	723
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	7,6	1,1	62,6	290
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ	250	30,96	16,9	12,1	27,4	287
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	6,28	4,4	8,6	27,5	204
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	24,78	11,1	20,1	1,2	230
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,00			23,7	95
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		65,01	39	41,7	122,2	1020
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 ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,72	3,2	8,9	14,1	148
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50	15,53	8	4,1	1,2	73
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,4		25,5	104
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		22,25	18,2	13,9	83,2	529
Всего		156,40	94,6	104,1	379,2	2839

Бухгалтер (калькулятор) Саб Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.