

Утверждаю

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

МЕНЮ
1 сентября 2022 г.
11-17 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	23,04	11,4	19,2	2,9	229
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	17,4	42,6	354
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	5,40	3,3	2,7	24,3	135
Итого		37,92	21,4	39,3	69,8	718
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 ИЗ ОВОЩЕЙ НА МК БУЛЬОНЕ	250	30,40	15,6	14,8	25	296
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	6,08	3,9	8,6	24,1	187
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	24,55	11,1	18	1,2	211
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,99			24,3	97
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		64,02	37,2	42,3	117	995
Полдник II						
КЕФИР	200	17,78	7,4	6,4	10,2	136
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,25	3	3,9	29,8	167
Итого		21,03	10,4	10,3	40	303
Ужин						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	9,34	5,8	7,2	23,3	182
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	23,10	10,4	8,7	6,1	145
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,52	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		34,96	24,7	18,1	94,3	640
Всего		162,56	101,3	111,1	383,7	2946

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирава Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.