

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
7 сентября 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	200	43,05	32,8	11	15,3	295
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,38	3,3	2,7	23,9	134
Итого		57,92	42,8	30,6	81,8	778
<b>Полдник</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
БАНАН	180	0,00	2,7	0,9	37,8	173
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	10,3	2	99,8	460
<b>Обед</b>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	31,73	15,7	17,6	24	328
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	6,09	3,9	8,6	24,2	188
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (2 шт)	40/40	25,71	12,3	16,4	8,5	231
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,38	1,3	1,8	6,7	49
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	6,41	4,3	5,8	22,9	162
НАПИТОК ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,03			18,4	74
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		70,35	44,1	51,1	147,1	1236
<b>Полдник II</b>						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		17,39	10,8	9,1	55	353
<b>Ужин</b>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,36	5,7	10,8	26,1	225
РЫБНЫЕ КОНСЕРВЫ С ТЕРМИЧЕСКИМИ ОБРАБОТКАМИ	100	0,00	17,4			70
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		10,36	30,1	11,7	88,7	581
Всего		160,65	138,1	104,5	472,4	3408

Бухгалтер (калькулятор)  Сабирова Р.А.

Медицинская сестра  Давлетшина Г.А.