

Утверждаю

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

МЕНЮ
10 сентября 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	10,36	5,6	10,8	26	223
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,53	3,1	2,4	25,4	136
Итого		25,37	15,4	30,6	94	713
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	4,63	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	220	12,87	0,9	0,9	21,6	103
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		17,50	8,5	2	83,6	390
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	249	24,39	16	10,7	32,7	289
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	270	26,27	15,5	16,6	37	360
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	5,62	1,7	5,1	12,2	102
КИСЕЛЬ	200	1,31			25,1	101
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		57,58	39,8	33,3	149,4	1056
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	91	25,64	24,3	15,1	50,2	434
Итого		43,03	31,6	21,4	60,2	567
Ужин						
КАША "ДРУЖБА"	200	8,43	4,9	6,8	27,1	190
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	4,57	10,3	9,5	5,9	152
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		13,00	22,2	17,2	95,6	628
Всего		156,48	117,5	104,5	482,8	3354

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.