

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
12 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>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	10,38	5,6	8,9	21,5	190
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	100/20	9,48	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	5,43	3	2,4	25,2	135
Итого		25,29	15,3	28,7	89,3	679
<b>Полдник</b>						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	4,63	1	0,2	20,2	86
БАНАН	200	0,00	3,3	1,1	46	210
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		4,63	10,9	2,2	108,6	500
<b>Обед</b>						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	250/20	31,80	15,9	17,7	25,2	333
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	3,00	2,2	4,3	16,1	112
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/40	24,50	11,3	14,3	2	181
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,29	1,2	1,9	6,5	50
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,00	0,5	0,1	1	8
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,03			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		59,61	37,7	39,2	112,6	965
<b>Полдник II</b>						
РЯЖЕНКА	200	19,35	7,3	6,3	10,5	135
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	100	7,84	14	10,7	80,8	474
Итого		27,20	21,3	17	91,3	609
<b>Ужин</b>						
КАША ПШОННАЯ	180	9,34	5,5	9,5	25,6	210
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ (2 кус)	50/50	4,46	9,8	8,5	3,3	130
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,4		23,1	94
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		13,80	22,3	18,9	94,4	638
Всего		130,53	107,5	106	496,2	3391

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра ДЛ Давлетшина Г.А.