

Утверждаю

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



МЕНЮ
17 сентября 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	200/10	2,57	33,3	10,5	20,5	320
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	5,00	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	1,23	3,3	2,7	24,3	136
Итого		8,80	43,3	30,1	87,4	805
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	25,52	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		37,36	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	35,42	17,1	16,4	36,8	371
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	2,06	3,1	8,9	13,8	147
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	30,64	11,9	22,4	6	272
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,71			30	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		75,83	38,7	48,6	129	1114
Полдник II						
КЕФИР	200	0,00	7,3	6,3	10	133
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		0,00	10,8	9,1	55	353
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	3,25	6	10,3	38	267
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ (2 кус)	50/50	16,89	9,8	9,5	3,3	139
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,23	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,37	24,3	22	106,2	719
Всего		148,37	126,5	111,3	455,9	3364

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.