

Утверждаю

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

МЕНЮ
19 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	14,86	11,5	22,3	3	256
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	5,00	11,2	23	42,6	423
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,23	3,3	2,7	24,3	135
Итого		21,09	26	48	69,9	814
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ГРУША	270	35,51	1,1	0,8	27,8	127
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		47,35	8,7	1,9	89,8	414
Обед						
СУП ГОРОХОВЫЙ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/15	32,49	17,1	17,7	26,8	343
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	270	32,62	14,9	21,1	31,2	373
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	3,61	1,7	3,1	12,2	85
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	2,94			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		76,65	40,3	42,8	132	108
Полдник II						
КЕФИР	200	0,00	7,3	6,3	10	13
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	22
Итого		0,00	10,8	9,1	55	35
Ужин						
КАША "ДРУЖБА"	200	1,74	4,9	6,8	27,1	1
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ (2 кус)	50/50	16,76	9,8	8,5	3,3	1
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,23	1,9	1,3	22,5	1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	2
Итого		24,73	23,2	17,5	95,3	6
Всего		169,82	109	119,3	442	31

Бухгалтер (калькулятор) Сай Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дев Давлетшина Г.А.