

Утверждаю

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



МЕНЮ
1 октября 2022 г.
11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,87	5,6	11,2	26,6	229
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	17,4	42,6	354
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,29	3	2,4	20,4	115
Итого		21,56	15,3	31	89,6	698
Полдник						
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	14,25	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,09	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА М/К БУЛЬОНЕ	250	32,82	16,2	10,8	32,4	290
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	219	35,06	14,2	14	16,1	248
СОУС ТОМАТНЫЙ №364	50	0,48	1,1	1,9	5,8	46
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	80	2,25	1	5	5,3	71
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	3,18			23,3	93
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		78,79	39,1	32,6	125,3	952
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
ПЕЧЕНЬЕ	40	0,00	3	3,9	29,8	167
Итого		17,39	10,3	10,2	39,8	300
Ужин						
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	9,19	4,5	14,6	27,5	261
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	16,83	9,5	12,1	2	156
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,23	0,4		20,2	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		32,25	21	27,6	92,1	703
Всего		176,09	94,4	103,6	434,7	3064

Бухгалтер (калькулятор) Сай - Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.