

Утверждаю

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

МЕНЮ
14 октября 2022 г.
11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/10	37,59	33,7	8,8	31,2	343
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	16,9	42,6	349
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		53,59	43,4	28,1	99	827
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	264	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 С КРУПОЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	250/20	35,90	15	18,3	30,7	356
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	202	3,47	3,8	4	24,1	147
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	33,16	12	18,6	7,2	244
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	2,46	1,2	4	11,8	88
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,68			29,4	118
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		82,68	38,6	45,8	145,6	1157
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,81	7,4	6,4	10,7	138
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	100	8,42	12,6	8,4	57,5	357
Итого		28,23	20	14,8	68,2	495
Ужин						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,89	5,7	11,2	26,9	230
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,85	9,5	3,6	2,1	80
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		27,97	22,2	15,7	91,6	596
Всего		218,57	132,9	106,6	492,3	3486

Бухгалтер (калькулятор) Соф - Сабирова Р.А.

Медицинская сестра DA Давлетшина Г.А.