

Утверждаю

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



МЕНЮ
17 октября 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 СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/30	35,73	35	10,7	38,1	393
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	1,23	3,3	2,7	24,3	135
Итого		51,36	45	30,3	105	877
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	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						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10	35,07	15,1	15,2	26,5	306
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	7,19	3,7	9,1	16,6	161
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	35,36	12,1	22,5	6,5	276
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	1,90	0,8	5,1	4,2	66
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,73			30,1	121
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		87,24	38,3	52,8	126,3	1134
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	18,95	7,1	6,1	10,3	132
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		18,95	10,6	8,9	55,3	352
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	7,24	5	10,1	30	230
РЫБНЫЕ КОНСЕРВЫ С ТЕРМИЧЕСКИМИ ОБРАБОТКАМИ	110	0,00	19,1			76
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		13,47	32,6	12,3	94,9	619
Всего		197,10	135,2	106,5	469,4	3393

Бухгалтер (калькулятор) Сей Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Д Давлетшина Г.А.