

Утверждаю

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



МЕНЮ
26 октября 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	19,46	11,5	21,4	3	248
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,2	23	42,6	423
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,58	3	2,4	25,1	135
Итого		44,04	25,7	46,8	70,7	806
Полдник						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	6,84	1	0,2	20,2	86
БАНАН	180	24,22	2,7	0,9	37,8	173
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		36,06	10,3	2	100,4	463
Обед						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ НА МК БУЛЬОНЕ	250/20	36,38	16,4	17,9	26,3	342
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	1,67	2,2	1,9	16,1	90
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	31,90	11,7	16,7	5,2	218
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	5,51	0,5	0,1	1,1	8
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	2,94			19,4	77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		83,40	37,4	37,5	110,5	939
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	18,96	7,1	6,1	10,3	132
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОШКОЙ	100	9,27	13,7	10,4	81,7	476
Итого		28,23	20,8	16,5	92	608
Ужин						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	3,43	5,5	6,7	25,9	187
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	19,59	11,3	8,1	8,7	153
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,22	0,4		25,1	102
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		30,24	23,8	15,7	102,1	646
Всего		221,97	118	118,5	475,7	3462

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.