

Утверждаю

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

МЕНЮ
28 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	200/30	42,12	33,3	8,1	30,6	333
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	23,01	11,2	22,5	42,6	419
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,58	3	2,4	25,1	135
Итого		66,71	47,5	33	98,3	887
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	16,59	1,2	1,2	30,1	144
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		28,43	8,8	2,3	92,1	431
Обед						
СУП С КРУПОЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	250/20	35,20	14,9	17,9	30,6	352
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	200	3,77	3,8	4,5	24	151
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	34,79	11,9	22,4	6	272
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	2,01	1,2	3,8	11,7	86
КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,71			30	120
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		83,47	38,4	49,5	144,7	1185
Полдник II						
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,91	0,4		20,2	82
ВАФЛИ	40	8,77	1,1	1,3	30,9	142
Итого		10,68	1,5	1,3	51,1	224
Ужин						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,87	5,6	11,2	26,6	229
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,41	9,2	5,4		86
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,91	1,9	1,3	22,5	109
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		28,19	23,3	18,8	91,5	628
Всего		217,49	119,5	104,9	477,7	3355

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.