

Утверждаю

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



МЕНЮ
9 ноября 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	40,13	34,9	10,5	37,3	387
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ СЛАЩ.	200	1,57	3	2,4	25,1	134
Итого		56,10	44,6	29,8	105	870
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
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	99,8	460
Обед						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/20	40,54	17,9	16,9	39,6	394
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	7,17	3,7	9,1	16,6	161
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	34,79	12	17,5	6,1	228
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	1,36	0,8	1,8	4,3	38
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,42			25,1	101
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		91,28	41	46,2	134,1	1126
Полдник II						
КЕФИР	200	17,39	7,3	6,3	10	133
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	90	4,28	10,6	4,9	60,8	330
Итого		21,67	17,9	11,2	70,8	463
Ужин						
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	5,50	5,6	6	35,5	218
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ (2 кус)	50/50	18,20	9,4	10,1	1,4	135
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,93	0,4		20,5	84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		30,63	22	17	99,8	641
Всего		235,75	135,8	106,2	509,5	3560

Бухгалтер (калькулятор) _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра _____ Давлетшина Г.А.