

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
10 ноября 2022 г.  
11-17 лет



Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	4,31	5,6	9	21,5	191
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	17,4	42,6	354
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	7,20	4,9	4,5	0,3	61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		27,50	20,2	33,3	89,6	741
<b>Полдник</b>						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	20,2	86
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	14,25	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,09	8,7	2,2	88,5	414
<b>Обед</b>						
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	250/20	36,23	16,3	16,8	30,9	349
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	8,67	4	8,3	16,7	159
РЫБНЫЕ КОНСЕРВЫ С ТЕРМИЧЕСКИМИ ОБРАБОТКАМИ	110	0,00	19,1			76
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	60	1,30	0,8	3,2	4,7	51
НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200	2,82			17,5	70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		54,02	46,8	29,2	112,2	909
<b>Полдник II</b>						
РЯЖЕНКА	200	19,81	7,4	6,4	10,7	138
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	23,86	24,3	9,1	66,1	447
Итого		43,68	31,7	15,5	76,8	585
<b>Ужин</b>						
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,53	2,2	6,7	16,3	134
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	29,94	12,4	18,6	6,7	245
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,59	0,4		15,2	62
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		41,07	21,6	26,2	80,6	645
Всего		192,37	129	106,4	447,7	3294

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.