

Утверждаю

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



МЕНЮ
21 ноября 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	42,64	33,5	8,6	31,1	341
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	16,9	42,6	349
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		58,64	43,2	27,9	98,9	825
Полдник						
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
БАНАН	180	23,32	2,6	0,9	36,4	166
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		35,16	10,2	2	98,4	453
Обед						
СУП С КРУПОЙ НА МК СО СМЕТАНОЙ	250/20	22,20	16,7	21,9	29,5	391
РОЖКИ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	202	3,87	3,8	4,7	24,1	153
МЯСО ОТВАРНОЕ ПОРЦ.	70	19,14	12,8	13		168
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	1,48	0,8	4	9,7	77
КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	2,73			30,1	121
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		54,40	40,7	44,5	135,8	1114
Полдник II						
КЕФИР	200	17,78	7,4	6,4	10,2	136
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ	100	9,29	13,5	12,3	64,3	424
Итого		27,07	20,9	18,7	74,5	560
Ужин						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,89	5,7	11,2	26,9	230
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ (2 кус)	50/50	18,52	9,9	8,4	3,6	130
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	1,86	0,5		19,7	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		31,28	22,7	20,5	92,6	646
Всего		206,55	137,7	113,6	500,2	3598

Бухгалтер (калькулятор) Саф - Сабилова Р.А.

Медицинская сестра Дав Давлетшина Г.А.