

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 ноября 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	19,12	11,5	18,4	3	221
ХЛЕБ ПШЕН. С МАСЛОМ	100/20	14,40	6,7	16,9	42,6	349
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,23	3,3	2,7	24,3	135
Итого		34,75	21,5	38	69,9	705
Полдник						
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
БАНАН	200	30,68	3,4	1,1	47,9	219
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		42,52	11	2,2	109,9	506
Обед						
БОРЩ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/20	34,62	17,6	18,2	39,1	402
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	200	4,18	7,9	4,8	16,3	139
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	32,16	11,9	17,9	6	233
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	1,42	1,9	3,3	10,2	80
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,23			24,1	96
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		80,62	45,9	45,1	138,1	1154
Полдник II						
КЕФИР	200	17,78	7,4	6,4	10,2	136
ВАФЛИ	40	8,77	1,1	1,3	30,9	142
Итого		26,56	8,5	7,7	41,1	278
Ужин						
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	12,47	8,3	10,3	24,1	223
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	19,45	11,4	10,8	9	178
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		38,83	28,2	23,3	98	714
Всего		223,28	115,1	116,3	457	3357

Бухгалтер (калькулятор) _____ *Сей* _____ Сабирова Р.А.

Медицинская сестра _____ *Дев* _____ Давлетшина Г.А.