

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 декабря 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,79	5,3	10,8	25,6	221
БУТЕРБРОДЫ СО СЛИВ. МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,3	23,2	42,6	426
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,23	3,3	2,7	24,3	135
Итого		30,03	19,9	36,7	92,5	782
Полдник						
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
АПЕЛЬСИН	200	25,52	1,8	0,4	16,3	86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		37,36	9,4	1,5	78,3	373
Обед						
СУП С КЛЕЦКАМИ НА МК БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/20	32,69	16,4	13,9	32,3	328
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	7,94	5,7	10,2	35,6	256
РЫБА ЖАРЕНАЯ	70	15,51	9,5	10,2	2,1	140
САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА	60	1,30	0,8	4	4,7	58
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	3,04			21	84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		65,47	39	39,2	138,1	1070
Полдник II						
КЕФИР	200	17,78	7,4	6,4	10,2	136
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	23,47	25,6	12,5	63,7	472
Итого		41,25	33	18,9	73,9	608
Ужин						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	270	35,51	15,9	13,7	18,9	266
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	1,59	0,5		15,5	65
Итого		42,10	23	14,6	76,8	535
Всего		216,22	124,3	110,9	459,6	3368

Бухгалтер (калькулятор) *Сол* Сабирова Р.А.

Медицинская сестра *Дав* Давлетшина Г.А.