

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ КВСи Мунасипова Г.М.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Золотой Дурай"
Урманшина Г. Ш.

МЕНЮ

24 ноября 2021 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 12-18 ЛЕТ

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	4,7	5,2	26	169
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7	9,5	49,5	311
II Завтрак							
2011	386	ЙОГУРТ	150	3	2,3	4,5	72
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	28	2	2,6	20,2	113
Итого				5,1	4,9	33,6	221
Обед							
2018	62	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ	200	2,7	2,9	16,9	105
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	14,5	14,6	0,2	190
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	4,4	5,2	19,8	143
2012	347	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №347	30	0,2	1,2	1	16
2018	309	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,1	0,1	11,8	49
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30				
Итого				24,6	24,2	75,7	619
Ужин							
2018	143	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	150	11	13,4	21	250
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30				
Итого				13,3	13,6	44,5	355
Ужин 2							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,3	0,2	23,5	105
Всего				52,3	52,4	226,8	1611

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ КБГИ Мунасипова Г.М.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.

МЕНЮ

24 ноября 2021 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 7-11 ЛЕТ

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	4,7	5,2	28	169
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7	9,5	49,5	311
II Завтрак							
2011	385	ИОГУРТ	150	3	2,3	4,5	72
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	28	2	2,6	20,2	113
Итого				5,1	4,9	33,6	221
Обед							
2018	62	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ	200	2,7	2,9	16,9	105
2011	286	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	14,5	14,6	0,2	190
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	4,4	5,2	19,8	143
2012	347	СОУС БЕЛЫЙ ОСНОВНОЙ №347	30	0,2	1,2	1	16
2018	309	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,1	0,1	11,8	49
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30				
Итого				24,6	24,2	75,7	619
Ужин							
2018	143	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	150	11	13,4	21	250
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30				
Итого				13,3	13,6	44,5	355
Ужин 2							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,3	0,2	23,5	105
Всего				52,3	52,4	226,8	1611