

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ КБГИ Мунасилова Г.М.

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



МЕНЮ 30 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 ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК"	150	5,2	5,2	26,7	174
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого-				7,5	9,5	60,2	316
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150			17,3	70
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,5	0,4	35,7	152
Обед							
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,1	4,3	21,8	138
2018	143	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	12,3	16,3	20,9	281
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	16,7	68
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35				
Итого				18,2	20,9	85,4	603
Ужин							
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	16,3	16,6	37,1	363
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				18,6	16,8	60,6	468
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				47,1	47,8	255,4	1644

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ КБГИ Мунасилова Г.М.

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

МЕНЮ 30 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 ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК"	150	5,2	5,2	26,7	174
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,5	9,5	50,2	316
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150			17,3	70
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,5	0,4	35,7	152
Обед							
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,1	4,3	21,8	138
2018	143	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	12,3	16,3	20,9	281
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	16,7	68
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,4	80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35				
Итого				18,2	20,9	85,4	603
Ужин							
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	16,3	16,6	37,1	363
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				18,6	16,8	60,6	468
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				47,1	47,8	255,4	1644