

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ КБТИ им. Н.А. Мажитова
Мунасипова Г.М.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г.Ш.

МЕНЮ

24 января 2022 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	181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	150	4,2	8,1	22,7	180
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,5	12,4	46,2	322
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150			17,3	70
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,4	0,4	26,8	116
Обед							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,8	7,2	72
		КУРИНАЯ ГРУДКА ЗАПЕЧЕННАЯ В СУХАРЯХ	60	14,6	14,3	2,4	196
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4		36
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			17,5	70
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34	161
Итого				21,2	22,5	61,1	535
Ужин							
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	9,4	10,9	2,6	149
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	4,6	4,1	34,8	195
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34	161
Итого				19,2	15,4	80,3	541
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				49,6	50,9	237,9	1619

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ КБТИ им. Н.А. Мажитова
Мунасипова Г.М.



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



МЕНЮ 24 января 2022 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 7-11 ЛЕТ

Сбор- щик 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	181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	150	4,2	8,1	22,7	180
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,5	12,4	46,2	322
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150			17,3	70
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,4	0,4	26,8	116
Обед							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,8	7,2	72
		КУРИНАЯ ГРУДКА ЗАПЕЧЕННАЯ В СУХАРЯХ	60	14,6	14,3	2,4	196
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4		36
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			17,5	70
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34	161
Итого				21,2	22,5	61,1	535
Ужин							
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	9,4	10,9	2,6	149
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	4,6	4,1	34,8	195
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34	161
Итого				19,2	15,4	80,3	541
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				49,6	50,9	237,9	1619