

СОГЛАСОВАНО

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



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.



МЕНЮ

31 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							
2021	54-2с	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,7	4,6	10,5	93
		КУРИНАЯ ГРУДКА ЗАПЕЧЕННАЯ В СУХАРЯХ	60	14,6	14,3	2,4	195
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	7	4	44,4	242
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			17,5	70
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34	161
Итого				28,4	23,3	108,8	762
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	70	5,1	0,4	34	161
Итого				21,5	17	80	560
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				59,1	53,3	285,3	1865

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ КБГИ им. Н.А. Мажитова
Мунасилова Г.М.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.

МЕНЮ

31 января 2022 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	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							
2021	54-2с	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,7	4,6	10,5	93
		КУРИНАЯ ГРУДКА ЗАПЕЧЕННАЯ В СУХАРЯХ	60	14,6	14,3	2,4	196
2011	202.1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	7	4	44,4	242
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			17,5	70
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34	161
Итого				28,4	23,3	108,8	762
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	70	5,1	0,4	34	161
Итого				21,5	17	80	560
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				59,1	53,3	285,3	1865