

СОГЛАСОВАНОДиректор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова
Г. М. Мунасипова**УТВЕРЖДАЮ**Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина**МЕНЮ**
4 декабря 2023 г.**ОБУЧАЮЩИЕСЯ 12-18 ЛЕТ С ПРОЖИВАНИЕМ**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,5	4	19,9	130
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,8	4,2	43,4	235
II Завтрак							
		МАННИК	70	5	5,5	42,7	239
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			25,1	101
Итого				5	5,5	67,8	340
Обед							
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	200	1,6	3	12,7	86
		СМЕТАНА ДЛЯ ЗАПРАВКИ СУПОВ (ПРОКИПЯЧЕННАЯ)	4	0,1	0,6	0,1	8
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,6	12,2	0,2	133
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	4	4,7	28,1	171
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	0,7	3,9	2,9	49
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11	45
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,5	24,9	84,2	630
Ужин							
2011	59	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО - КОРЕЙСКИ	60	0,7	4,1	4,6	59
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	15,2	17,3	36,5	361
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				22	21,8	89	640
Ужин 2							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,3	0,2	23,5	105
Всего				51,6	56,6	307,9	1950

СОГЛАСОВАНОДиректор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова
Г. М. Мунасипова**УТВЕРЖДАЮ**Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина**МЕНЮ**
4 декабря 2023 г.**ОБУЧАЮЩИЕСЯ 12-18 ЛЕТ БЕЗ ПРОЖИВАНИЯ**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
II Завтрак							
		МАННИК	70	5	5,5	42,7	239
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			25,1	101
Итого				5	5,5	67,8	340
Обед							
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	200	1,6	3	12,7	86
		СМЕТАНА ДЛЯ ЗАПРАВКИ СУПОВ (ПРОКИПЯЧЕННАЯ)	4	0,1	0,6	0,1	8
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,6	12,2	0,2	133
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	4	4,7	28,1	171
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	0,7	3,9	2,9	49
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11	45
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,5	24,9	84,2	630
Ужин							
2011	59	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО - КОРЕЙСКИ	60	0,7	4,1	4,6	59
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	14	16	36,5	345
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				20,8	20,5	89	624
Всего				42,3	50,9	241	1594