

СОГЛАСОВАНОДиректор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова
Г. М. Мунасипова**УТВЕРЖДАЮ**Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина**МЕНЮ**
7 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							
2022	1065	ШАРЛОТКА	60	3,1	2	27,1	139
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
Итого				3,2	2	36	175
Обед							
2012	101	СУП-ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	200	6,6	3,7	19,3	137
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	30	3,6	0,3	23,4	110
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	0,7	3,9	2,9	49
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	4	4,7	28,1	171
2022	574	ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ В КЛЯРЕ	70	2,5	8,5	7,9	118
2018	309	ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,2	0,1	21,3	88
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				22	21,6	132,1	811
Ужин							
2011	290	ЧАХОХБИЛИ	50	9,1	9,6	2	130
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	150	7,5	6,4	47,9	279
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
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				21,1	16,4	88	583
Всего				46,3	40	256,1	1569

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

7 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 ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	1,3	3,8	4,4	58
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				3,6	4	27,9	163
II Завтрак							
2022	1065	ШАРЛОТКА	60	3,1	2	27,1	139
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
Итого				3,2	2	36	175
Обед							
2012	101	СУП-ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	200	6,6	3,7	19,3	137
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	30	3,6	0,3	23,4	110
2022	574	ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ В КЛЯРЕ	70	2,5	8,5	7,9	118
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	4	4,7	28,1	171
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	0,7	3,9	2,9	49
2018	309	ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,2	0,1	21,3	88
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				22	21,6	132,1	811
Ужин							
2011	290	ЧАХОХБИЛИ	50	9,1	9,6	2	130
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ	150	7,5	6,4	47,9	279
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
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				21,1	16,4	88	583
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				52,2	44,2	307,5	1837