

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина**МЕНЮ**
8 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							
2011	386	ЙОГУРТ	180	3,6	2,7	5,4	86
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
Итого				3,7	2,7	14,3	122
Обед							
2011	67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,7	6,1	4,1	74
2018	65	СУП КУБАНСКИЙ	200	9,6	6	21,2	178
2018	143	МЯСО ПТИЦЫ ПО - ЦАРСКИ	160	12,6	18,6	16,7	287
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
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				27,4	31,1	71,4	678
Ужин							
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	4,3	8,4	44,8	271
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				20,6	22,6	85,6	628
Всего				51,7	56,4	171,3	1428

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова

 Г. М. Мунасипова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

 Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

8 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							
2018	210	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	150	3,8	4,3	24	151
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,1	4,5	47,5	256
II Завтрак							
2011	386	ЙОГУРТ	180	3,6	2,7	5,4	86
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
Итого				3,7	2,7	14,3	122
Обед							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,9	6,1	4,5	76
2018	65	СУП КУБАНСКИЙ	200	9,6	6	21,2	178
2018	143	МЯСО ПТИЦЫ ПО - ЦАРСКИ	160	12,6	18,6	16,7	287
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
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				27,6	31,1	71,8	680
Ужин							
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,9	2,7	183
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	4,3	8,4	44,8	271
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				20,6	22,7	85,6	628
Всего				58	61	219,2	1686