

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова

Г. М. Мунасипова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

11 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							
2008	411	КИСЕЛЬ	200			28,2	113
		БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ	50	3,5	5,6	30,8	187
Итого				3,5	5,6	59	300
Обед							
2012	104	СУП-ПЮРЕ КУРИНЫЙ	200	6,4	6,1	16,2	146
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
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,6	12,2	0,2	133
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11	45
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				27,1	27,8	119,1	835
Ужин							
2011	290	ФРИКАССЕ ИЗ КУРИЦЫ	60	9,2	10,1	2,6	139
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	160	4,7	6,8	21	163
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	17,3	71,5	522
Всего				50,6	50,7	249,6	1657

СОГЛАСОВАНОДиректор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова
Г. М. Мунасипова**УТВЕРЖДАЮ**Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина**МЕНЮ**
11 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
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,8	4,2	43,4	235
II Завтрак							
		БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ	50	3,5	5,6	30,8	187
2008	411	КИСЕЛЬ	200			28,2	113
Итого				3,5	5,6	59	300
Обед							
2012	104	СУП-ПЮРЕ КУРИНЫЙ	200	6,4	6,1	16,2	146
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	30	3,6	0,3	23,4	110
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,6	12,2	0,2	133
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191
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	40	3	0,2	19,5	92
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				27,1	27,8	119,1	835
Ужин							
2011	290	ФРИКАССЕ ИЗ КУРИЦЫ	60	9,2	10,1	2,6	139
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	160	4,7	6,8	21	163
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	17,3	71,5	522
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				58,7	55,1	316,5	1997