

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

15 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	60	4,3	4,7	36,6	205
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
				4,4	4,7	45,5	241
Итого							
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,6	3,6	15,1	110
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	30	3,6	0,3	23,4	110
2008		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	60	13,4	13,6		176
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	5,5	29,6	194
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	0,7	3,9	2,9	49
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
				33,2	27,3	100,4	778
Итого							
Ужин							
2011	428	СЕНДВИЧ С КОТЛЕТОЙ КУРИНОЙ	100	8,9	7,3	20,9	188
2011	147	КАРТОФЕЛЬ ФРИ	150	4,3	15,5	34,4	293
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
				15,5	23	78,8	586
Итого				53,1	55	224,7	1605
Всего							

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова

 Г. М. Мунасипова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

 Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

15 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							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		МАННИК	60	4,3	4,7	36,6	205
Итого				4,4	4,7	45,5	241
Обед							
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,6	3,6	15,1	110
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	30	3,6	0,3	23,4	110
2008		КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	60	13,4	13,6		176
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	0,7	3,9	2,9	49
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	5,5	29,6	194
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				33,2	27,3	100,4	778
Ужин							
2011	428	СЕНДВИЧ С КОТЛЕТОЙ КУРИНОЙ	100	8,9	7,3	21	189
2011	147	КАРТОФЕЛЬ ФРИ	150	4,2	15,5	34,3	293
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15,4	23	78,8	587
Всего				59,1	59,5	272,2	1862