

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

18 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							
2011	338	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
Итого				0,5	0,4	19,4	86
Обед							
2018	65	СУП МИНЕСТРОНЕ	200	1,4	5	9,7	92
2011	270	ЧЕВАПЧИЧИ	60	0,3	0,6	1,6	14
2011	202.1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	6,6	5,2	40,9	237
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11	45
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				12,8	11,3	92,4	526
Ужин							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	2	5	42
2011	290	ПАСТА БОЛОНЬЕЗЕ	150	7,1	12,6	21,3	228
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				13,8	15	75,2	494
Ужин 2							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,3	0,2	24,5	109
Всего				35,2	31,1	254,9	1450

СОГЛАСОВАНОДиректор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова
Г. М. Мунасипова**УТВЕРЖДАЮ**Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина**МЕНЮ**

18 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	338	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
Итого				0,5	0,4	19,4	86
Обед							
2018	65	СУП МИНЕСТРОНЕ	200	2,1	6,2	12,3	114
2011	270	ЧЕВАПЧИЧИ	60	0,3	0,6	1,6	14
2011	202.1	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	6,6	5,2	40,9	237
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11	45
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				13,5	12,5	95	548
Ужин							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	2	5	42
2011	290	ПАСТА БОЛОНЬЕЗЕ	150	7,1	12,6	21,3	228
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				13,8	15	75,2	494
Всего				27,8	27,9	189,6	1128