

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
19 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							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			25,1	101
2011	440	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	60	8,1	4	31,1	192
Итого				8,1	4	56,2	293
Обед							
2011	116	СУП С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	200	1,4	4,1	12,8	94
2022	453	РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100	11,5	9,9	5,9	169
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	4	4,7	28,1	171
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		14,8	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				21,4	19,1	90,8	632
Ужин							
2011	290	ФРИКАССЕ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,7	8,5	2,3	116
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	5,5	29,6	194
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				18,6	14,4	71	488
Всего				48,1	37,5	218	1413

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

19 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,9	4,1	21,4	139
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,2	4,3	44,9	244
II Завтрак							
2011	440	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	60	8,1	4	31,1	192
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			25,1	101
Итого				8,1	4	56,2	293
Обед							
2011	116	СУП С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	200	1,4	4,1	12,8	94
2022	453	РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100	11,5	9,9	5,9	169
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	4	4,7	28,1	171
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		14,8	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				21,4	19,1	90,8	632
Ужин							
2011	290	ФРИКАССЕ ИЗ КУРИЦЫ	50	7,7	8,5	2,3	116
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	5,5	29,6	194
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				18,6	14,4	71	488
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				56,6	42	287,4	1766