

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

21 декабря 2023 г.

**ОБУЧАЮЩИЕСЯ 12-18 ЛЕТ БЕЗ ПРОЖИВАНИЯ**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда               | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|----------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                  |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| II Завтрак                    |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
|                               |                  |                                  | 50    | 2,7               | 1,7     | 22,4             | 115                                      |
| 2011                          | 374              | ШАРЛОТКА                         | 200   | 0,1               |         | 9,9              | 40                                       |
| 2018                          | 300              | ЧАЙ С САХАРОМ                    |       | 2,8               | 1,7     | 32,3             | 155                                      |
| Итого                         |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| Обед                          |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
|                               |                  |                                  | 250   | 5,1               | 5,8     | 23,7             | 168                                      |
| 2011                          | 108              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ      | 70    | 2,5               | 8,5     | 7,9              | 118                                      |
| 2022                          | 574              | ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ В КЛЯРЕ | 150   | 3,5               | 4,8     | 37,3             | 207                                      |
| 2008                          | 323              | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ         | 180   | 0,2               | 0,1     | 21,3             | 88                                       |
| 2018                          | 309              | ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ             | 40    | 3                 | 0,2     | 19,5             | 92                                       |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 40    | 3                 | 0,2     | 19,5             | 92                                       |
| 2013                          | 115              | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      |       | 17,3              | 19,6    | 129,2            | 765                                      |
| Итого                         |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| Ужин                          |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
|                               |                  |                                  | 60    | 9,9               | 10,6    | 7,2              | 163                                      |
|                               |                  | НАГЕТСЫ                          | 150   | 6,2               | 5,1     | 39,9             | 230                                      |
| 2008                          | 331              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ      | 50    | 0,9               | 4,9     | 3,6              | 61                                       |
| 2008                          | 364              | СОУС ТОМАТНЫЙ №364               | 200   | 0,1               |         | 9,9              | 40                                       |
| 2018                          | 300              | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 30    | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                                       |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 30    | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                                       |
| 2013                          | 115              | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      |       | 21,5              | 21      | 89,8             | 632                                      |
| Итого                         |                  |                                  |       | 41,6              | 42,3    | 251,3            | 1552                                     |
| Всего                         |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"  
Г. Ш. Урманшина**МЕНЮ**  
21 декабря 2023 г.**ОБУЧАЮЩИЕСЯ 12-18 ЛЕТ С ПРОЖИВАНИЕМ**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда               | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|----------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                  |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| 2008                          | 189              | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ            | 150   | 1,3               | 3,8     | 4,4              | 58                                       |
| 2018                          | 300              | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 200   | 0,1               |         | 8,9              | 36                                       |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 30    | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                                       |
|                               |                  |                                  |       | 3,6               | 4       | 27,9             | 163                                      |
| Итого                         |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| II Завтрак                    |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 374              | ШАРЛОТКА                         | 50    | 2,7               | 1,7     | 22,4             | 115                                      |
| 2018                          | 300              | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 200   | 0,1               |         | 9,9              | 40                                       |
|                               |                  |                                  |       | 2,8               | 1,7     | 32,3             | 155                                      |
| Итого                         |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| Обед                          |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 108              | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ      | 200   | 4,2               | 4,8     | 19,1             | 134                                      |
| 2022                          | 574              | ГОЛЕНЬ КУРИНАЯ ЗАПЕЧЕНАЯ В КЛЯРЕ | 70    | 2,5               | 8,5     | 7,9              | 118                                      |
| 2008                          | 323              | КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ         | 150   | 3,5               | 4,8     | 37,3             | 207                                      |
| 2018                          | 309              | ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ             | 180   | 0,2               | 0,1     | 21,3             | 88                                       |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 40    | 3                 | 0,2     | 19,5             | 92                                       |
| 2013                          | 115              | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      | 40    | 3                 | 0,2     | 19,5             | 92                                       |
|                               |                  |                                  |       | 16,4              | 18,6    | 124,6            | 731                                      |
| Итого                         |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| Ужин                          |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
|                               |                  | НАГЕТСЫ                          | 50    | 12,9              | 12,9    | 8,9              | 204                                      |
| 2008                          | 331              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ      | 150   | 6,2               | 5,1     | 39,9             | 230                                      |
| 2008                          | 364              | СОУС ТОМАТНЫЙ №364               | 50    | 0,9               | 4,9     | 3,6              | 61                                       |
| 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                                       |
|                               |                  |                                  |       | 24,5              | 23,3    | 91,5             | 673                                      |
| Итого                         |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| Ужин 2                        |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| 2018                          | 300              | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 200   | 0,1               |         | 9,9              | 40                                       |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 30    | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                                       |
|                               |                  |                                  |       | 2,3               | 0,2     | 24,5             | 109                                      |
| Итого                         |                  |                                  |       |                   |         |                  |                                          |
| Всего                         |                  |                                  |       | 49,6              | 47,8    | 300,8            | 1831                                     |