

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова

Г. М. Мунасипова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

25 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							
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2,2	2,8	21,6	121
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			25,1	101
Итого				2,2	2,8	46,7	222
Обед							
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	250	3,9	2,8	20	121
2011	290	СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ	60	8,2	9,5	0,6	119
2012	166	РИС, ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ	150	4,2	6,4	43,1	247
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				20,8	19,2	103,9	670
Ужин							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	50	1,8	5,1	3,9	68
2011	290	КОТЛЕТА ДЕ-ВОЛЯЙ	60	9,8	10,3	12,8	183
2011	175	КАША ЖИДКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	4,8	3,4	36,7	197
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				20,9	19,2	92,5	626
Всего				43,9	41,2	243,1	1518

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова

Г. М. Мунасипова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

Г. Ш. Урманшина

«Золотой курай»

МЕНЮ

25 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							
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2,2	2,8	21,6	121
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			25,1	101
Итого				2,2	2,8	46,7	222
Обед							
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	3,1	2,2	16	97
2011	290	СУФЛЕ ИЗ КУРИЦЫ	60	8,2	9,5	0,6	119
2012	166	РИС, ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ	150	4,2	6,4	43,1	247
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				20	18,6	99,9	646
Ужин							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	50	1,8	5,1	3,9	68
2011	290	КОТЛЕТА ДЕ-ВОЛЯЙ	60	9,8	10,3	12,8	183
2011	175	КАША ЖИДКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	4,8	3,4	36,7	197
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				20,9	19,2	92,5	626
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				51,2	45	307	1838