

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
26 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							
		БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ	50	3,5	5,6	30,8	187
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
Итого				3,6	5,6	40,7	227
Обед							
2008	115	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	3,6	6,7	14,6	133
2011	290	ПАСТА БОЛОНЬЕЗЕ	150	7,1	12,6	21,3	228
2018	309	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ	200	0,1		21,7	90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15,2	19,7	86,8	589
Ужин							
2012	40	САЛАТ НЕЖНЫЙ	40	0,7	2,7	3	39
		СТРИПСЫ	50	12,2	12,8	6	188
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	6,4	29,6	203
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				23,8	22,3	77,7	608
Всего				42,6	47,6	205,2	1424

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

26 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							
		БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ	50	3,5	5,6	30,8	187
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
Итого				3,6	5,6	40,7	227
Обед							
2008	115	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	200	2,8	5,4	11,4	106
2011	290	ПАСТА БОЛОНЬЕЗЕ	150	7,1	12,6	21,3	228
2018	309	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ	200	0,1		21,7	90
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				14,4	18,4	83,6	562
Ужин							
2012	40	САЛАТ НЕЖНЫЙ	40	0,7	2,7	3	39
		СТРИПСЫ	50	12,2	12,8	6	188
2011	171.1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	6,4	29,6	203
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				23,8	22,3	77,7	608
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				50,3	50,8	271,4	1750