

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова

Г. М. Мунасипова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

28 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 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
Итого				3,6	4	27,9	163
II Завтрак							
		ВАТРУШКА ФРАНЦУЗСКАЯ	50	6,1	8	29,8	217
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
Итого				6,2	8	39,7	257
Обед							
2012	101	СУП-ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	200	6,6	3,7	19,3	137
2011	292	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	70	9	11,9	5,3	164
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7	4,8	44,4	249
2018	309	ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,2	0,1	21,3	88
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				27,2	20,9	119,5	776
Ужин							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,2	5,1	5,5	73
2011	290	КУРЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	10,6	12,3		153
2011	171.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150	4,4	3,8	46,2	237
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				20,7	21,6	90,8	641
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				60	54,7	302,4	1946

СОГЛАСОВАНОДиректор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова
Г. М. Мунасипова**УТВЕРЖДАЮ**Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина**МЕНЮ**
28 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							
		ВАТРУШКА ФРАНЦУЗСКАЯ	50	6,1	8	29,8	217
			200	0,1		9,9	40
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ		6,2	8	39,7	257
Итого							
Обед							
2012	101	СУП-ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	250	8,3	4,7	23,9	171
2011	292	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	70	9	11,9	5,3	164
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7	4,8	44,4	249
2018	309	ЛИМОНАД АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,2	0,1	21,3	88
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
				28,9	21,9	124,1	810
Итого							
Ужин							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,2	5,1	5,5	73
2011	290	КУРЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	10,6	12,3		153
2011	171.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150	4,4	3,8	46,2	237
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
				20,7	21,6	90,8	641
Итого							
Всего				55,8	51,5	254,6	1708