



СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ КББИ им. Н. А. Мажитова
Г. М. Мунасипова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Золотой курай»
Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ
09 января 2024 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							
		МАННИК	50	3	3	15,7	101
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
Итого				3,1	3	25,6	141
Обед							
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,9	4,6	12,8	101
2011	295	"ЁЖИКИ" КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	60/40	8,5	13,9	12	207
2012	166	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ	150	4,4	6,4	44,3	252
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				19,2	25,3	108	737
Ужин							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
2011	147	КАРТОФЕЛЬ ФРИ	150	4,3	15,5	34,4	293
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,3	17,7	62,7	438
Всего				29,6	46	196,3	1316



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ КБГМ им. Н. А. Мажитова
Г. М. Мунасипова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Золотой курай»
Г. Ш. Урманчина



МЕНЮ
09 января 2024 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,5	4,6	24,2	157
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,8	4,8	47,7	262
II Завтрак							
		МАННИК	70	5	5,5	42,7	239
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
Итого				5,1	5,5	52,6	279
Обед							
2011	83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,9	4,6	12,8	101
2011	295	"ЁЖИКИ" КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	60/40	0,7	3,9	2,9	49
2012	166	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ	150	4,4	6,4	44,3	252
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				11,4	15,3	98,9	579
Ужин							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
2011	147	КАРТОФЕЛЬ ФРИ	150	4,3	15,5	34,4	293
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,3	17,7	62,7	438
Всего				30,6	43,3	261,9	1558