

СОГЛАСОВАНО

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



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ
16 января 2024 г.

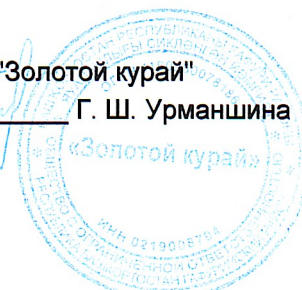
ОБУЧАЮЩИЕСЯ 12-18 ЛЕТ БЕЗ ПРОЖИВАНИЯ

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
II Завтрак							
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	75	6,6	3,8	30,9	184
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
Итого				6,7	3,8	39,8	220
Обед							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,4	4	10,1	82
		СМЕТАНА ДЛЯ ЗАПРАВКИ СУПОВ (ПРОКИПЯЧЕННАЯ)	4	0,1	0,6	0,1	8
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	8,4	3,4	4,2	81
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,2	4,5	22	142
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	0,7	3,9	2,9	49
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11	45
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				18,3	16,9	79,5	545
Ужин							
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,1	10,2	4,7	144
2011	171.1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА РАССЫПЧАТАЯ "ДРУЖБА"	150	5,5	6,3	41,9	247
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				19,7	16,9	94,5	611
Всего				44,7	37,6	213,8	1376

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

16 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,5	4	19,9	130
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,8	4,2	43,4	235
II Завтрак							
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	75	6,6	3,8	30,9	184
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
Итого				6,7	3,8	39,8	220
Обед							
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,4	4	10,1	82
		СМЕТАНА ДЛЯ ЗАПРАВКИ СУПОВ (ПРОКИПЯЧЕННАЯ)	4	0,1	0,6	0,1	8
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	8,4	3,4	4,2	81
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,2	4,5	22	142
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	40	0,7	3,9	2,9	49
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11	45
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				18,3	16,9	79,5	545
Ужин							
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,1	10,2	4,7	144
2011	171.1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА РАССЫПЧАТАЯ "ДРУЖБА"	150	5,5	6,3	41,9	247
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				18,1	16,9	84,7	565
Ужин 2							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,3	0,2	23,5	105
Всего				51,2	42	270,9	1670