

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

23 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							
		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							
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	200	1,6	3	12,7	86
		СМЕТАНА ДЛЯ ЗАПРАВКИ СУПОВ (ПРОКИПЯЧЕННАЯ)	4	0,1	0,6	0,1	8
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	13,5	15,7	2,7	206
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,2	5,3	39,9	232
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				25,9	25	93,5	706
Ужин							
2011	59	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО - КОРЕЙСКИ	50	0,6	3,4	3,8	49
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	14,5	16,6	36,5	352
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				21,2	20,4	88,2	621
Всего				49,3	48,2	228,4	1549

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова

Г. М. Мунасипова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ**23 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	4,7	4,8	24,5	160
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7	5	48	265
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							
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	200	1,6	3	12,7	86
		СМЕТАНА ДЛЯ ЗАПРАВКИ СУПОВ (ПРОКИПЯЧЕННАЯ)	4	0,1	0,6	0,1	8
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	13,5	15,7	2,7	206
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,2	5,3	39,9	232
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				25,9	25	93,5	706
Ужин							
2011	59	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО - КОРЕЙСКИ	50	0,6	3,4	3,8	49
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	14,5	16,6	36,5	352
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				19,6	20,4	78,4	575
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				57	53,4	290,1	1873