

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
1 февраля 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	60	4,3	4,7	36,6	205
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
Итого				4,4	4,7	46,5	245
Обед							
2012	101	СУП-ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	250	8,3	4,7	23,9	171
2022	453	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ	50	12,6	6,1		105
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	4	4,7	28,1	171
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11	45
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				29,4	16	92,2	630
Ужин							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	2	5	42
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,6	12,2	0,2	133
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7	4,8	44,4	249
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				17,7	19,4	88,7	602
Всего				51,5	40,1	227,4	1477

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

1 февраля 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 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
				3,6	4	27,9	163
Итого							
II Завтрак							
		МАННИК	60	4,3	4,7	36,6	205
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
				4,4	4,7	46,5	245
Итого							
Обед							
2012	101	СУП-ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	250	6,6	3,7	19,3	137
2022	453	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С СЫРОМ	50	12,6	6,1		105
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	4	4,7	28,1	171
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,1	0,1	11	45
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
				27,7	15	87,6	596
Итого							
Ужин							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	2	5	42
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	50	5,6	12,2	0,2	133
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7	4,8	44,4	249
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
				17,7	19,4	88,7	602
Итого							
Ужин 2							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
				2,3	0,2	24,5	109
Итого							
Всего				55,7	43,3	275,2	1715