

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

2 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 ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,5	4,6	24,2	157
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
Итого				4,6	4,6	33,1	193
II Завтрак							
2011	338	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
Итого				0,5	0,4	19,4	86
Обед							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,7	4,1	8,7	80
		СМЕТАНА ДЛЯ ЗАПРАВКИ СУПОВ (ПРОКИПЯЧЕННАЯ)	4	0,1	0,6	0,1	8
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,4	16,8	49,2	394
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
		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	21,9	87,4	621
Ужин							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	50	1,8	5,1	3,9	68
2011	118.1	СУП С ПЕЛЬМЕНЯМИ	250	2,8	4,3	14,9	110
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,9	9,6	43,3	287
Всего				29,7	36,5	183,2	1187

СОГЛАСОВАНОДиректор МОБУ КБГИ им. Н. А. Мажитова
Г. М. Мунасипова**УТВЕРЖДАЮ**Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина**МЕНЮ**
2 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							
2011	338	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
Итого				0,5	0,4	19,4	86
Обед							
2011	87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,7	4,1	8,7	80
		СМЕТАНА ДЛЯ ЗАПРАВКИ СУПОВ (ПРОКИПЯЧЕННАЯ)	4	0,1	0,6	0,1	8
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,4	16,8	49,2	394
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				20,7	22,1	106,8	713
Ужин							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	50	1,8	5,1	3,9	68
2011	118.1	СУП С ПЕЛЬМЕНЯМИ	250	2,3	3,9	13,6	99
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				7,9	9,3	51,7	322
Всего				29,1	31,8	177,9	1121