

СОГЛАСОВАНО

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



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.

**МЕНЮ**

21 сентября 2021 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
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				2,2	2,8	21,6	121
Обед							
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,4	10,1	20,3	182
2018	143	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	165	9,9	6,9	23,4	197
2018	309	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,1	0,1	12,2	51
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
Итого				17,9	17,7	91,9	601
Ужин							
2011	297	КОТЛЕТЫ	60				
2011	171.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150	3,5	8,6	35,6	233
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	60	1,9	8,6	10,3	125
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
Итого				10,2	17,8	86,9	546
Всего				30,3	38,3	200,4	1268

ОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ КБФИ им. Н.А. Мажитова

Мунасипова Г. М.



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

Урманшина Г. Ш.

**МЕНЮ**

21 сентября 2021 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 12-18 ЛЕТ С ПРОЖИВАНИЕМ

Сбор- ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК"	150	3,4	8,5	19,7	167
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,8	17	44,3	351
II Завтрак							
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2,2	2,8	21,6	121
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				2,2	2,8	21,6	121
Обед							
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,4	10,1	20,3	182
2018	143	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	165	9,9	6,9	23,4	197
2018	309	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,1	0,1	12,2	51
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
Итого				17,9	17,7	91,9	601
Ужин							
2011	297	КОТЛЕТЫ	60				
2011	171.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150	3,5	8,6	35,6	233
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	60	1,9	8,6	10,3	125
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
Итого				10,2	17,8	86,9	546
Ужин 2							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,3	0,2	24,5	109
Всего				38,4	55,5	269,2	1728

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ ВБГИ им. Н.А. Мажитова
Мунасилова Г. М.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.

МЕНЮ

21 сентября 2021 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 7-11 ЛЕТ С ПРОЖИВАНИЕМ

Сбор- ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК"	150	3,4	8,5	19,7	167
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,8	17	44,3	351
II Завтрак							
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2,2	2,8	21,6	121
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				2,2	2,8	21,6	121
Обед							
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,4	10,1	20,3	182
2018	143	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	165	9,9	6,9	23,4	197
2018	309	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,1	0,1	12,2	51
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
Итого				17,9	17,7	91,9	601
Ужин							
2011	297	КОТЛЕТЫ	60				
2011	171.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150	3,5	8,6	35,6	233
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	60	1,9	8,6	10,3	125
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
Итого				10,2	17,8	86,9	546
Ужин 2							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,3	0,2	24,5	109
Всего				38,4	55,5	269,2	1728

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманчина Г.Ш.

МЕНЮ

21 сентября 2021 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 7-11 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
		СОК ФРУКТОВЫЙ	200				
Итого				2,2	2,8	21,6	121
Обед							
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,4	10,1	20,3	182
2018	143	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	165	9,9	6,9	23,4	197
2018	309	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,1	0,1	12,2	51
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
Итого				17,9	17,7	91,9	601
Ужин							
2011	297	КОТЛЕТЫ	60				
2011	171.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150	3,5	8,6	35,6	233
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	60	1,9	8,6	10,3	125
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
Итого				10,2	17,8	86,9	546
Всего				30,3	38,3	200,4	1268