

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.

МЕНЮ

20 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 ПШЕННАЯ	150	3,4	8,9	20,4	174
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,8	17,4	45	358
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	155			25,1	101
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,4	0,4	34,6	147
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	250	7,9	10,4	32,8	256
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	115	10,4	10,3	13,3	188
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,5	10,3	38,5	280
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				32,4	31,7	132,8	946
Ужин							
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	9,4	19,4	7,1	245
2011	203	ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	160	0,1	8,1	0,1	73
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				14,3	28,1	48,2	506
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				55,2	77,8	285,1	2066

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.

МЕНЮ

20 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							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	155			25,1	101
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,4	0,4	34,6	147
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	250	7,9	10,4	32,8	256
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	115	10,4	10,3	13,3	188
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,5	10,3	38,5	280
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				32,4	31,7	132,8	946
Ужин							
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	9,4	19,4	7,1	245
2011	203	ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	160	0,1	8,1	0,1	73
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				14,3	28,1	48,2	506
Всего				47,1	60,2	215,6	1599

СОГЛАСОВАНО

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



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курей"
Урманшина Г. Ш.

**МЕНЮ**

20 сентября 2021 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 12-18 ЛЕТ БЕЗ ПРОЖИВАНИЯ

Сбор- ник рецеп- тов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	155			25,1	101
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,4	0,4	34,6	147
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	250	7,9	10,4	32,8	255
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	115	10,4	10,3	13,3	168
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,5	10,3	38,5	280
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				32,4	31,7	132,8	946
Ужин							
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	9,4	19,4	7,1	245
2011	203	ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	160	0,1	8,1	0,1	73
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				14,3	28,1	48,2	506
Всего				47,1	60,2	215,6	1599

СОГЛАСОВАНО

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



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.

**МЕНЮ**

20 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 ПШЕННАЯ	150	3,4	8,9	20,4	174
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,8	17,4	45	358
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	155			25,1	101
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,4	0,4	34,6	147
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	250	7,9	10,4	32,8	255
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	115	10,4	10,3	13,3	188
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,5	10,3	38,5	280
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				32,4	31,7	132,8	946
Ужин							
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	9,4	19,4	7,1	245
2011	203	ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	160	0,1	8,1	0,1	73
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				14,3	28,1	48,2	506
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				55,2	77,8	285,1	2066