

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.**МЕНЮ**

23 сентября 2021 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 7-11 ЛЕТ С ПРОЖИВАНИЕМ

Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	5	9,4	22	191
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,4	17,9	46,6	375
II Завтрак							
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	155			25,1	101
Итого				0,4	0,4	34,6	147
Обед							
2021	54-2с	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	2,6	11,3	21,8	204
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	115	10,4	10,3	13,3	188
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,2	9,2	21,2	180
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		19,6	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
Итого				21,8	31,4	111,9	822
Ужин							
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	65	13,7	13,8	0,7	181
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				18,6	22,5	41,8	442
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				50,5	72,4	259,4	1895

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.

МЕНЮ

23 сентября 2021 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 7-11 ЛЕТ БЕЗ ПРОЖИВАНИЯ

Сбор- ник рецепт	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
II Завтрак							
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	155			25,1	101
Итого				0,4	0,4	34,6	147
Обед							
2021	54-2с	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	2,6	11,3	21,8	204
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	115	10,4	10,3	13,3	188
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,2	9,2	21,2	180
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		19,6	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
Итого				21,8	31,4	111,9	822
Ужин							
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	65	13,7	13,8	0,7	181
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				18,6	22,5	41,8	442
Всего				40,8	54,3	188,3	1411

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.**МЕНЮ**

23 сентября 2021 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 12-18 ЛЕТ БЕЗ ПРОЖИВАНИЯ

Сбор- ник меню	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
II Завтрак							
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	155			25,1	101
Итого				0,4	0,4	34,6	147
Обед							
2021	54-2с	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	2,6	11,3	21,8	204
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	115	10,4	10,3	13,3	188
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,2	9,2	21,2	180
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		19,6	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
Итого				21,8	31,4	111,9	822
Ужин							
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	65	13,7	13,8	0,7	181
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				18,6	22,5	41,8	442
Всего				40,8	54,3	188,3	1411

СОГЛАСОВАНО

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

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.

МЕНЮ

23 сентября 2021 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 12-18 ЛЕТ С ПРОЖИВАНИЕМ

Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	5	9,4	22	191
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,4	17,9	46,6	375
II Завтрак							
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	155			25,1	101
Итого				0,4	0,4	34,6	147
Обед							
2021	54-2с	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250	2,6	11,3	21,8	204
2011	229	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	115	10,4	10,3	13,3	188
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,2	9,2	21,2	180
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		19,6	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,5	0,4	16,5	79
Итого				21,8	31,4	111,9	822
Ужин							
2011	288	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	65	13,7	13,8	0,7	181
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				18,6	22,5	41,8	442
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				50,5	72,4	259,4	1895