

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ КБГИ Мунасипова Г.М.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.

МЕНЮ 15 октября 2021 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 7-11 ЛЕТ

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		38
2011	181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	150	3,7	5	20,3	140
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6	9,3	43,8	283
II Завтрак							
		СОК ФРУКТОВЫЙ	180				
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	28	2	2,6	20,2	113
Итого				2	2,6	20,2	113
Обед							
2021	54-2с	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,7	4,6	10,5	92
2011	297	ТЕФТЕЛИ	60/30	0,3	1,4	2	22
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	4,4	4,4	19,8	135
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		19,6	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	81
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35				
Итого				9,1	10,6	69	409
Ужин							
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК"	150	5,2	5,2	26,7	174
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30				
Итого				7,5	5,4	50,2	279
Всего				24,6	27,9	183,2	1084

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ КБГИ Мунасилова Г.М.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г. Ш.

МЕНЮ 15 октября 2021 г.

ОБУЧАЮЩИЕСЯ 12-18 ЛЕТ

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		38
2011	181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	150	3,7	5	20,3	140
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6	9,3	43,8	283
II Завтрак							
		СОК ФРУКТОВЫЙ	180				
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	28	2	2,6	20,2	113
Итого				2	2,6	20,2	113
Обед							
2021	54-2с	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	1,7	4,6	10,5	92
2011	297	ТЕФТЕЛИ	60/30	0,3	1,4	2	22
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	4,4	4,4	19,8	135
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1		19,6	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	61
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35				
Итого				9,1	10,6	69	409
Ужин							
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК"	150	5,2	5,2	26,7	174
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30				
Итого				7,5	5,4	60,2	279
Всего				24,6	27,9	183,2	1084