

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ КБГИ Мунасипова Г.М.

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



МЕНЮ 19 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		37
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
Итого				7,5	9,5	50,2	316
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150			17,3	70
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,5	0,4	35,7	152
Обед							
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,9	4,1	12,3	93
2018	143	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	150	11	13,4	21	250
2018	309	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,1	0,1	11,8	49
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35				
Итого				15,7	17,8	71,1	508
Ужин							
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,6	15,7	32,1	316
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30				
Итого				13,9	15,9	55,6	421
Ужин 2							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,3	0,2	23,5	105
Всего				39,9	43,8	236,1	1502

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ КБГИ Мунасинова Г.М.



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



МЕНЮ 19 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		37
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
Итого				7,5	9,5	50,2	316
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150			17,3	70
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,5	0,4	35,7	152
Обед							
2011	111	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,9	4,1	12,3	93
2018	143	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	150	11	13,4	21	250
2018	309	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,1	0,1	11,8	49
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35				
Итого				15,7	17,8	71,1	508
Ужин							
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,6	15,7	32,1	316
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30				
Итого				13,9	15,9	55,6	421
Ужин 2							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,3	0,2	23,5	105
Всего				39,9	43,8	236,1	1502