

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ КБГИ Мунасипова Г.М.

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

МЕНЮ 22 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		3
2011	181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	150	4,2	7,6	22,7	176
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,5	11,9	46,2	318
II Завтрак							
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	150	4,4	3,8	6	80
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	28	2	2,6	20,2	113
Итого				6,5	6,4	35,1	229
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,7	4,4	15,7	120
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	70	8,8	10,8	2	143
2011	171.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150	3,4	3,9	36,4	194
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				19,7	19,4	91,9	622
Ужин							
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	150	5,2	8,7	27,1	207
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				7,5	8,9	50,6	312
Всего				40,2	46,6	223,8	1481

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ КБГИ Мунасипова Г.М.

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

МЕНЮ 22 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		3
2011	181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	150	4,2	7,6	22,7	176
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,5	11,9	46,2	318
II Завтрак							
2011	386	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	150	4,4	3,8	6	80
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		8,9	36
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	28	2	2,6	20,2	113
Итого				6,5	6,4	35,1	229
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,7	4,4	15,7	120
2011	290	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	70	8,8	10,8	2	143
2011	171.2	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	150	3,4	3,9	36,4	194
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				19,7	19,4	91,9	622
Ужин							
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	150	5,2	8,7	27,1	207
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				7,5	8,9	50,6	312
Всего				40,2	46,6	223,8	1481