

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

26 октября 2023 год

Родительская плата 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							
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	1,7	19,5	10,3	224
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,4	10	33	250
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				11,4	29,7	67,8	583
Всего				11,4	29,7	67,8	583

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

26 октября 2023 год

ДЕТИ СВО 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							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	40	0,2	0,2	1,5	9,6
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,8	14,2	177,6
2018	227	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	1,8	10,3	39,4	270,1
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			550	17,2	17,5	76,7	567,5

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

3 октября 2023 год

НАЧАЛЬНЫЕ КЛАССЫ 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							
2008		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60	7,6	7,0	7,8	170,8
		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	180	4,6	5,6	20,3	187,1
2018	227	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			500	15,8	15,7	67,0	593,2

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
26 октября 2023 год
ОВЗ 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							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	40	0,2	0,2	1,5	9,6
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,8	14,2	177,6
2018	227	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	1,8	10,3	39,4	270,1
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			550	17,2	17,5	76,7	567,5
Обед							
2011	45	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	300	2,0	3,8	16,0	89,6
2008	106	КУРИНАЯ ГРУДКА ЗАПЕЧЕННАЯ В СУХАРЯХ	70	18,0	19,3	10,5	255,4
2011	291	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	180	5,8	6,0	44,5	255,1
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9
Итого			800	29,64	29,5	117,2	804,4
Всего				46,8	47,0	193,9	1 371,9

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
26 октября 2023 год
ММС СТАРШИЕ 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							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	40	0,2	0,2	1,5	9,6
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,8	14,2	177,6
2018	227	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	1,8	10,3	39,4	270,1
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			550	17,2	17,5	76,7	567,5

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

«Золотой курай»

МЕНЮ
3 октября 2023 год
ММС МЛАДШИЕ 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							
2008		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60	7,6	7,0	7,8	170,8
		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	180	4,6	5,6	20,3	187,1
2018	227	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			500	15,8	15,7	67,0	593,2

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

26 октября 2023 год

ММС МЛАДШИЕ 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							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,1	0,1	1,1	7,2
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,6	14,2	177,6
2018	227	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	0,8	8,3	32,8	225,7
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			510	16,1	15,2	69,7	520,7

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРГАН"

Г.И. Урманшина

МЕНЮ
3 октября 2023 год
ОВЗ СТ 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							
2008		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	70	8,9	8,2	9,1	199,3
		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	210	5,4	6,5	23,7	218,3
2018	227	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого			550	18,7	17,8	76,6	675,9
Обед							
2011	45	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300	3,5	9,6	39,4	164,0
2008	106	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,3	12,0	5,2	166,3
2011	291	РИС ОТВАРНОЙ	180	6,8	5,4	46,6	252,8
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9
Итого			806	26,4	27,4	137,4	787,4
Всего				45,1	45,2	214,0	1 463,3

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
26 октября 2023 год
ОВЗ 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							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,1	0,1	1,1	7,2
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,6	14,2	177,6
2018	227	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	0,8	8,3	32,8	225,7
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			510	16,1	15,2	69,7	520,7
Обед							
2011	45	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	250	1,7	3,2	13,3	89,6
2008	106	КУРИНАЯ ГРУДКА ЗАПЕЧЕННАЯ В СУХАРЯХ	60	15,4	16,5	9,0	218,9
2011	291	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	4,8	5,0	37,1	212,6
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого			700	25	25	100,8	702,4
Всего				41,1	40,2	170,5	1 223,1

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
3 октября 2023 год
ОВЗ мл 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							
2008		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60	7,6	7,0	7,8	170,8
		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	180	4,6	5,6	20,3	187,1
2018	227	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			500	15,8	15,7	67,0	593,2
Обед							
2011	45	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,9	8,0	32,8	136,7
2008	106	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,3	12,0	5,2	166,3
2011	291	РИС ОТВАРНОЙ	150	5,7	4,5	38,8	210,7
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			700	23,2	24,8	113,3	672,0
Всего				39,0	40,5	180,3	1 265,2

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
26 октября 2023 год
НАЧАЛЬНЫЕ КЛАССЫ 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							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,1	0,1	1,1	7,2
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,6	14,2	177,6
2018	227	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	0,8	8,3	32,8	225,7
2018	300	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			510	16,1	15,2	69,7	520,7

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г.Ш. Урманшина



МЕНЮ
3 октября 2023 год
СВО 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							
2008		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	70	8,9	8,2	9,1	199,3
		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	210	5,4	6,5	23,7	218,3
2018	227	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого			550	18,7	17,8	76,6	675,9
Обед							
2011	45	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300	3,5	9,6	39,4	164,0
2008	106	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,3	12,0	5,2	166,3
2011	291	РИС ОТВАРНОЙ	180	6,8	5,4	46,6	252,8
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9
Итого			800	26,4	27,4	137,4	787,4
Всего				45,1	45,2	214,0	1 463,3

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
 26 октября 2023 год
 Детский сад 3-7 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
201		КАША ВЯЗКАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	4,5	10,1	30,9	231
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,8	10,3	55,4	340
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	160			25,1	101
Итого						25,1	101
Обед							
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	1,4	9,9	10,8	138
		КУРИНАЯ ГРУДКА ЗАПЕЧЕННАЯ В СУХАРЯХ	75	17,5	15,8	6,3	237
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	5,4	9,2	41,7	270
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				26,6	35,2	95,3	803
Полдник							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,3	0,1	1,1	7
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	6,1	9,7	27,6	221
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,7	10	53,2	337
Всего				42,1	55,5	229	1581

