

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
8 ноября 2023 г.
НАЧАЛЬНЫЕ КЛАССЫ



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,9	14,5	47,7	374
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,3	17,1	85,5	565

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
24 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							
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	180	19,8	30	46,4	535
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				22,1	30,2	70,9	644
Всего				22,1	30,2	70,9	644

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
8 ноября 2023 г.
ММС 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	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,9	14,5	47,7	374
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,3	17,1	85,5	565

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
24 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							
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	9,9	25,8	204
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,9	10,1	50,3	313
II Завтрак							
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	150	0,1		0,1	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				2,4	2,9	22,4	126
Обед							
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	215	2,2	9,9	22,8	189
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	1,7	19,5	10,1	224
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,2	9,2	21,2	180
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		19,8	81
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				9,4	38,8	88,5	743
Полдник							
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	150	1,7	9,9	12,5	146
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				4	10,1	37	255
Всего				21,7	61,9	198,2	1437

ДИРЕКТОР МОБУ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

Г. Ш. Ур

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,9	14,5	47,7	374
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,3	17,1	85,5	565
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	200	5,7	3,9	24,8	158
		БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,4	2,2	2,7	33
2011	146	КАРТОФЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ С ПАПРИКОЙ	150	3,7	10,9	29,6	232
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	12,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,7	19,6	98,7	640
Всего				33	36,7	184,2	1205

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

25 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							
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	8,3	11,5	53	349
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				12,9	14,6	99,8	583
Всего				12,9	14,6	99,8	583

ДИРЕКТОР МОБУ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

8 ноября 2023 г.

ММС 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	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	1,2	4,1	7,6	72
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,9	14,5	47,7	374
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,8	19,2	89,3	601

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
25 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							
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,1	11	45,9	309
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				9,4	11,2	70,4	418
II Завтрак							
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150				
Итого							
Обед							
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	200	2,8	10,1	20,9	185
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	160	10,5	27,8	16,9	360
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15,5	38,1	62,1	653
Полдник							
2011	120	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	150	2,9	11,2	14,4	170
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,2	11,4	38,9	279
Всего				30,1	60,7	171,4	1350

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
8 ноября 2023 г.
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							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	1,2	4,1	7,6	72
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,9	14,5	47,7	374
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,8	19,2	89,3	601

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
8 ноября 2023 г.
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	4,7	5,2	26	169
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7	5,4	49,5	274
II Завтрак							
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	12,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				4,7	2,4	27	148
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	200	5,7	3,9	24,7	158
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,9	14,5	47,7	374
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				20,9	18,6	94,4	631
Полдник							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
2011	146	КАРТОФЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ С ПАПРИКОЙ	130	3,2	9,4	25,7	201
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,2	11,6	53	342
Всего				38,8	38	223,9	1395

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
13 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							
2018	207	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,3	10,1	40,5	268
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,6	10,3	65	377
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	165	3,5	2,8	12,5	90
Итого				5,8	5,7	34,8	215
Обед							
2012	79	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	4,3	10,1	29,6	227
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	65	10,1	17,9	11,1	247
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	0,1	8,1	0,1	73
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,8	36,3	65,3	656
Полдник							
2011	399	БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	160	12,3	24,2	49,7	462
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				14,6	24,4	74,2	571
Всего				43,8	76,7	239,3	1819