

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО
"ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Р.Ш. Юлмухаметова

МЕНЮ

22 мая 2023г.

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							
		САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	40	1,4	4,7	3,4	61
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ	90	9,6	12,1	2,2	156
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	6,5	29,6	203
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				19,7	23,5	59,7	529
Всего				19,7	23,5	59,7	529

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО
"ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Р.Ш. Юлмухаметова

МЕНЮ

22 мая 2023г.

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							
		САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	40	1,4	4,7	3,4	61
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ	90	9,6	12,1	2,2	156
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	6,5	29,6	203
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				19,7	23,5	59,7	529
Всего				19,7	23,5	59,7	529

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО

"ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Р.Ш. Юлмухаметова

МЕНЮ
22 мая 2023г.**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							
		САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	60	2,1	6,9	5,2	91
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ	100	9,8	13,1	2,9	168
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	6,5	29,6	203
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				21,4	26,7	67,1	594
Всего				21,4	26,7	67,1	594

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО
"ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Р.Ш. Юлмухаметова

МЕНЮ
22 мая 2023г.
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							
		САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	60	2,1	6,9	5,2	91
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ	100	9,8	13,1	2,9	168
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	6,5	29,6	203
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				21,4	26,7	67,1	594
Всего				21,4	26,7	67,1	594

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО
"ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Р.Ш. Юлмухаметова

МЕНЮ
22 мая 2023г.
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							
		САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	40	1,4	4,7	3,4	61
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ	90	9,6	12,1	2,2	156
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	6,5	29,6	203
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				19,7	23,5	59,7	529
Обед							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1	6,1	4,6	77
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,4	3,2	7,1	64
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	60	7,9	10,4	3	137
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,2	21,4	145
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				18	26,1	75,2	610
Всего				37,7	49,6	134,9	1139

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО
"ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Р.Ш. Юлмухаметова

МЕНЮ
22 мая 2023 г.
ОВЗ 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							
		САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	60	2,1	6,9	5,2	91
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ	100	9,8	13,1	2,9	168
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	6,5	29,6	203
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				21,4	26,7	67,1	594
Обед							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1	6,1	4,6	77
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,7	4,1	8,7	80
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	80	10,3	13,6	3,9	180
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,2	21,4	145
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				20,7	30,2	77,7	669
Всего				42,1	56,9	144,8	1263

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО
"ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Р.Ш. Юлмухаметова

МЕНЮ
22 мая 2023г.

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	90	9,6	12,1	2,2	156
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	6,4	6,5	29,6	203
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				18,3	18,8	56,3	468
Всего				18,3	18,8	56,3	468

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ИСПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ДИРЕКТОР ООО
"ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Р.Ш. Юлмухаметова

МЕНЮ
22 мая 2023г.

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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,7	4,4	25,7	161
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7	4,6	49,2	266
II Завтрак							
2008	411	КИСЕЛЬ	150			13,9	56
Итого						13,9	56
Обед							
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	1,1	1,8	5,3	43
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	60	8,7	11	4,2	151
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,5	21,4	139
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15,3	17,5	54,4	438
Полдник							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С ЯБЛОКОМ	150	4,1	5,4	19,2	142
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,4	9,7	42,7	284
Всего				28,7	31,8	160,2	1044