

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

10 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		КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	200	14,9	17,2	39,3	483,3
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
2018	227	ЯБЛОКО	100	0,2	0,4	8,5	55,6
2018	300	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9
Итого			550	18,9	17,9	81,9	693,5

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

10 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		КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	200	14,9	17,2	39,3	483,3
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
2018	227	ЯБЛОКО	100	0,2	0,4	8,5	55,6
2018	300	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9
Итого			550	18,9	17,9	81,9	693,5

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

10 октября 2023 год
ОВЗ 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		КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	200	14,9	17,2	39,3	483,3
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
2018	227	ЯБЛОКО	100	0,2	0,4	8,5	55,6
2018	300	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9
Итого			550	18,9	17,9	81,9	693,5
Обед							
2011	45	СВЕКОЛЬНИК	300	5,8	9,7	43,6	181,7
2008	106	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,6	14,2	177,6
2011	291	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	4,9	11,3	49,3	344,6
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			810	25,8	27,8	121,7	772,8
Всего				44,7	45,7	203,6	1 466,3

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

10 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
10 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

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 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		КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	180	13,4	15,5	34,5	435,3
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
2018	227	ЯБЛОКО	100	0,2	0,4	8,5	55,6
2018	300	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			510	15,9	16,1	67,4	599,5

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

10 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		КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	180	13,4	15,5	34,5	435,3
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
2018	227	ЯБЛОКО	100	0,2	0,4	8,5	55,6
2018	300	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			510	15,9	16,1	67,4	599,5

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 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		КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	180	13,4	15,5	34,5	435,3
		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
2018	227	ЯБЛОКО	100	0,2	0,4	8,5	55,6
2018	300	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			510	15,9	16,1	67,4	599,5
Обед							
2011	45	СВЕКОЛЬНИК	250	4,2	8,1	36,3	151,4
2008	106	БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,6	14,2	177,6
2011	291	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	4,1	9,4	41,1	287,2
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,0	0,0	0,0	0,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			730	23,4	24,3	106,2	685,1
Всего				39,3	40,4	173,6	1 284,6