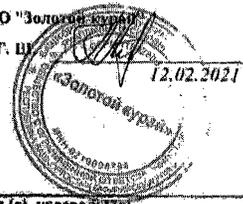




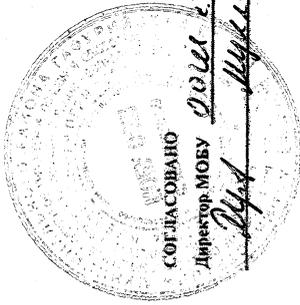
СОГЛАСОВАНО
 Директор МОБУ *О.О.И. с. Шмелевской*
М.И. Шмелев

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



Меню
 дошкольная группа

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
5	Масло сливочное порционное	Калорийность-37, Жиры-4
155	Каша рисовая молочная жидкая <small>молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар</small>	Калорийность-171, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-44
180	Чай с сахаром <small>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</small>	Калорийность-34, Углеводы-9
Итого за Завтрак		Калорийность-312, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-69
Обед		
30	салат из белокачанной капусты <small>капуста белокачанная свежая, морковь, лук репчатый, сахар, масло растительное</small>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5
200	Компот из сухофруктов <small>смесь сухофруктов, сахар, кислота лимонная</small>	Калорийность-75, Углеводы-20
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
190	Суп-лапша домашняя <small>крупа пшеничная, морковь, лук репчатый, яйцо, масло сливочное</small>	Калорийность-43, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3
50	Куры отварные <small>курица, лук репчатый</small>	Калорийность-170, Белки-43, Жиры-13, Углеводы-1
120	Пюре картофельное <small>картофель, молоко, масло сливочное</small>	Калорийность-110, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14
Итого за Обед		Калорийность-536, Белки-49, Жиры-27, Углеводы-59
Полдник		
150	суп молочный с вермишелью <small>молоко, макаронные изделия, масло сливочное, сахар</small>	Калорийность-106, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-23
180	Чай с сахаром <small>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</small>	Калорийность-34, Углеводы-9
50	булочка детская.	
Итого за Полдник		Калорийность-140, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-32
II завтрак		
150	Сок фруктовый	Калорийность-138, Углеводы-69
Итого за II завтрак		Калорийность-138, Углеводы-69
Итого за день		Калорийность-1126, Белки-58, Жиры-42, Углеводы-229

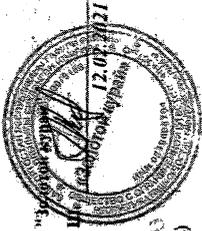


СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ Олеги Евгеньевны
Ирина Николаевна

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Здоровье"
Урмаишина Г.И.



меню

дети из многодетных малообеспеченных семей (младшие)

Выход (г.)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
185	Каша рисовая молочная жидкая <small>молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар</small>	Калорийность-192, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-51
10	Молоко сгущенное порциями	Калорийности-59, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</small>	Калорийности-37, Углеводы-10
35	Хлеб пшеничный	Калорийности-82, Белки-3, Углеводы-18
80	Запеканка из творога <small>творог, сметана, манка, сахар, сухари панировочные, сметана, масло сливочное, яйцо</small>	Калорийности-165, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-12
Итого за завтрак		Калорийности-535, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-102
Итого за день		Калорийности-535, Белки-19, Жиры-15, Углеводы-102

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ

Орлыс с. Клементьев
Мухоморова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курорт"

Урманшина Г. Ш.

12.02.2021

МЕНЮ

дети с организацией питания за родительские взносы

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), Белки (г), Жиры (г), Углеводы (г), Витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	---

Завтрак

185 **Каша рисовая молочная**

жидкая

молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар

Калорийность-192, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-51

200 **Компот из сухофруктов**

смесь сухофруктов, сахар, мякоть лимонная

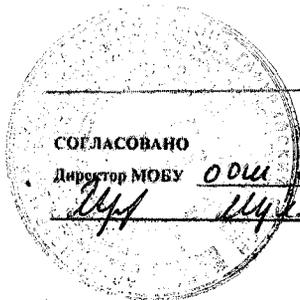
Калорийность-75, Углеводы-20

30 **Хлеб пшеничный**

Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16

Итого за Завтрак Калорийность-337, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-87

Итого за день Калорийность-337, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-87

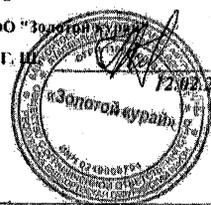


СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ ООИ Ч. Челекбаева
Ч. Челекбаева

УТВЕРЖДАЮ

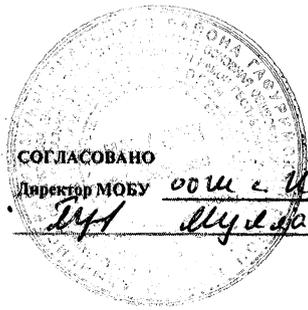
Директор ООО "Золотой журай"
Урманцива Г. И.



МЕНЮ

начальные классы

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
185	Каша рисовая молочная жидкая <small>малого, крупа рисовая, масло сливочное, сахар</small>	Калорийность-192, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-51
70	Запеканка из творога <small>творог, крупа манная, сахар, сухари панировочные, сметана, масло сливочное, айур</small>	Калорийность-144, Белки-10, Жиры-6, Углеводы-10
10	Молоко сгущенное порциями	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</small>	Калорийность-37, Углеводы-10
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
Итого за Завтрак		Калорийность-514, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-100
Итого за день		Калорийность-514, Белки-18, Жиры-14, Углеводы-100



СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ

И.И. Искандер

ООО «Золотой курай»

И.И. Искандер

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Золотой курай»

Урманшина Г. Ш.



МЕНЮ

для детей с ограниченными возможностями здоровья младших

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цеп. (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
185	Каша рисовая молочная жидкая <i>молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар</i>	Калорийность-192, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-51
10	Молоко сгущенное порциями	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</i>	Калорийность-37, Углеводы-10
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
80	Запеканка из творога <i>творог, крупа манная, сахар, сырки пахтавые, сметана, масло сливочное, яйцо</i>	Калорийность-165, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-13
Итого за Завтрак		Калорийность-535, Белки-19, Жиры-18, Углеводы-102
Обед		
30	салат из белокачанной капусты <i>капуста белокачанная свежая, морковь, лук репчатый, сахар, масло растительное</i>	Калорийность-68, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5
200	Суп-лапша домашняя <i>мука пшеничная, морковь, лук репчатый, яйцо, масло сливочное</i>	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3
60	Куры отварные <i>курица, лук репчатый</i>	Калорийность-194, Белки-30, Жиры-15, Углеводы-1
150	Пюре картофельное <i>картофель, молоко, масло сливочное</i>	Калорийность-110, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-14
200	Компот из сухофруктов <i>смесь сухофруктов, сахар, кислота лимонная</i>	Калорийность-75, Углеводы-20
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной	Калорийность-1
Итого за Обед		Калорийность-562, Белки-56, Жиры-29, Углеводы-59
Итого за день		Калорийность-1097, Белки-75, Жиры-44, Углеводы-161



СОГЛАСОВАНО

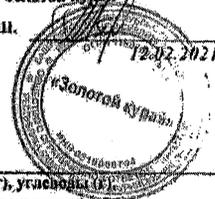
Директор МОБУ

И. И. Мухоморов

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курбан"

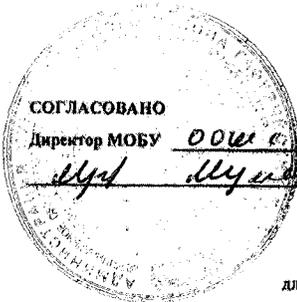
Урманшина Г. Ш.



МЕНЮ

для детей с ограниченными возможностями здоровья (старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
10	Молоко сгущенное порциями	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11
80	Запеканка из творога <small>творог, крупа манная, сахар, сухари манчжурские, сметана, масло сливочное, яйцо №</small>	Калорийность-165, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-12
220	Каша рисовая молочная жидкая <small>молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар</small>	Калорийность-228, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-61
200	Чай из сухой смеси с витаминами "Валетек Классные Витаминки" <small>валетек (напиток), чай высшего или 1-го сорта 100г</small>	
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-26
Итого за Завтрак		Калорийность-569, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-110
Обед		
60	Куры отварные <small>курица, лук репчатый</small>	Калорийность-194, Белки-50, Жиры-15, Углеводы-1
200	Компот из сухофруктов <small>смесь сухофруктов, сахар, кислота лимонная</small>	Калорийность-75, Углеводы-20
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
30	Хлеб ржаной	Калорийность-1
50	Салат из капусты белокачанной капусты <small>капуста белокачанная свежая, морковь, лук репчатый, сахар, масло растительное</small>	Калорийность-114, Белки-1, Жиры-8, Углеводы-8
250	Суп-лапша домашняя <small>мука пшеничная, морковь, лук репчатый, яйцо, масло сливочное</small>	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-27
180	Картофельное пюре <small>картофель, молоко, масло сливочное</small>	Калорийность-181, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-62
Итого за Обед		Калорийность-748, Белки-60, Жиры-33, Углеводы-134
Итого за день		Калорийность-1317, Белки-81, Жиры-49, Углеводы-244



СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ

ООО "Золотой курай"
Мухоморов

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Урманшина Г.Ш.



2.02.2021

МЕНЮ

для детей из многодетных малообеспеченных семей (старшие)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
10	Молоко сгущенное порциями	Калорийность-59, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-11
200	Чай с сахаром <small>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</small>	Калорийность-37, Углеводы-10
80	Запеканка из творога <small>творог, крупа манная, сахар, изюм, пахта, сметана, масло сливочное, яйцо</small>	Калорийность-165, Белки-11, Жиры-7, Углеводы-12
220	Каша рисовая молочная жидкая <small>молоко, крупа рисовая, масло сливочное, сахар</small>	Калорийность-228, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-61
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-26
Итого за Завтрак		Калорийность-606, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-120
Итого за день		Калорийность-606, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-120