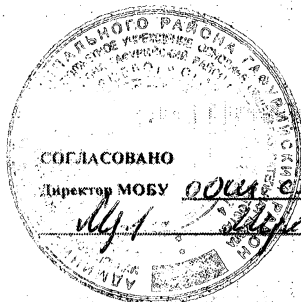




СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

Урманшина Г. Ш.



МЕНЮ

многодетные малообеспеченные семьи возрастная категория 7-14 лет

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
60	Салат витаминный <i>капуста белокачанная свежая, морковь, яблоки, сахар, масло растительное</i>	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-13
200	Плов из курицы <i>курица рисовая, филе птицы (полуфабрикат), морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста</i>	Калорийность-398, Белки-6, Жиры-14, Углеводы-127
Напиток		
200	витаминизированный Валитек	
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-93, Белки-3, Углеводы-21
Итого за Завтрак		Калорийность-555, Белки-10, Жиры-17, Углеводы-161
Итого за день		Калорийность-555, Белки-10, Жиры-17, Углеводы-161

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

Урманшина Г. Ш.



МЕНЮ

питание детей за родительские взносы, возрастная категория 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
60	Салат витаминный <i>капуста белокачанная свежая, морковь, яблоки, сахар, масло растительное</i>	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-13
170	Плов из курицы <i>курица рисовая, филе птицы (полуфабрикат), морковь, масло растительное, лук репчатый, томат-паста</i>	Калорийность-312, Белки-5, Жиры-12, Углеводы-96
200	Чай с сахаром <i>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</i>	Калорийность-37, Углеводы-10
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
Итого за Завтрак		Калорийность-483, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-135
Итого за день		Калорийность-483, Белки-8, Жиры-15, Углеводы-135



Директор МОБУ

ООН с. Именг ильс

Иль Мухоморов

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой Славян"

Урманшвня Г. III.



дети с ограниченными возможностями здоровья, возрастная категория 7-11

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
60	Салат витаминный <i>капуста белокачанная свежая, морковь, яблоки, сахар, масло растительное</i>	Калорийность-64, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-13
200	Плов из курицы <i>курица рисовая, филе птицы (полуфабрикат), морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста</i>	Калорийность-398, Белки-6, Жиры-14, Углеводы-127
Напиток		
200	витаминизированный	
Валитек		
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-93, Белки-3, Углеводы-21
Итого за Завтрак		Калорийность-555, Белки-10, Жиры-17, Углеводы-161
Обед		
50	Икра морковная <i>морковь, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, сахар</i>	Калорийность-60, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-9
200	Борщ со свежей капустой и картофелем и сметаной <i>свекла, капуста белокачанная свежая, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста, сахар, кислота лимонная</i>	Калорийность-77, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-19
60	котлеты рубленые <i>котлеты куриные (70гр), масло растительное</i>	
155	Пюре гороховое <i>крупя горох колотый, масло сливочное</i>	Калорийность-245, Белки-15, Жиры-5, Углеводы-35
Напиток из плодов		
180	шиповника <i>плоды шиповника сушеные, сахар</i>	Калорийность-119, Белки-1, Углеводы-26
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
25	Хлеб ржаной	Калорийность-1
Итого за Обед		Калорийность-572, Белки-20, Жиры-12, Углеводы-105
Итого за день		Калорийность-1 127, Белки-30, Жиры-29, Углеводы-266



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

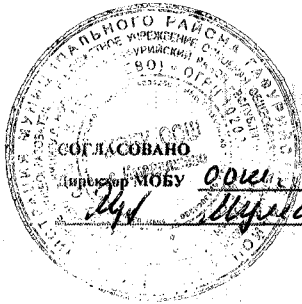
Урманшина Г. Ш.



меню

дети с ограниченными возможностями здоровья, возрастная категория 18 лет и старше

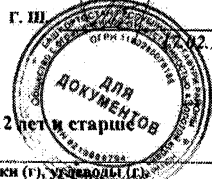
Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Плов из курицы <i>крупа рисовая, филе птицы (полуфабрикат), морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста</i>	Калорийность-398, Белки-6, Жиры-14, Углеводы-127
200	Напиток витаминизированный Валитек	
100	Салат витаминный <i>капустно-белокочанная свежая, морковь, яблоки, сахар, масло растительное</i>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-22
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-26
Итого за Завтрак		Калорийность-623, Белки-12, Жиры-19, Углеводы-175
Обед		
60	котлеты рубленые <i>котлеты куриные (76гр), масло растительное</i>	
155	Пюре гороховое <i>крупа горох колотый, масло сливочное</i>	Калорийность-245, Белки-15, Жиры-5, Углеводы-35
70	Икра морковная <i>морковь, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, сахар</i>	Калорийность-88, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-14
250	Борщ со свежей капустой и картофелем и сметаной <i>свежая, капуста белокочанная свежая, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, томат-паста, сахар, кислота лимонная</i>	Калорийность-94, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23
200	Напиток из плодов шиповника <i>плоды шиповника сушеные, сахар</i>	Калорийность-111, Белки-1, Углеводы-27
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
30	Хлеб ржаной	Калорийность-1
Итого за Обед		Калорийность-621, Белки-22, Жиры-15, Углеводы-117
Итого за день		Калорийность-1 244, Белки-34, Жиры-34, Углеводы-292



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курьян"

Урманцева Г. Ш.



меню

многодетные малообеспеченные семьи возрастная категория 12 лет и старше

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
200	Плов из курицы <i>курица рисовая, филе курицы (полуфабрикат), морковь, лук репчатый, масло растительное, томаты-паста</i>	Калорийность-398, Белки-6, Жиры-14, Углеводы-127
Напиток		
200	витаминизированный Валитек	
100	Салат витаминный <i>капуста белокочанная свежая, морковь, яблоки, сахар, масло растительное</i>	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-22
50	Хлеб пшеничный	Калорийность-117, Белки-4, Углеводы-26
Итого за Завтрак		Калорийность-623, Белки-12, Жиры-19, Углеводы-175
Итого за день		Калорийность-623, Белки-12, Жиры-19, Углеводы-175



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Урмашина П.П."

Урмашина П.П.

**меню**

дошкольная группа, возрастная категория 3-7 лет

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	Сыр(порциями)	Калорийность-13, Белки-1, Жиры-1
155	Каша овсяная "Геркулес"	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14
	молочная вязкая	
	молоко, крупа "геркулес", сахар, масло сливочное	
180	Чай с сахаром	Калорийность-34, Углеводы-9
	сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г	
Итого за Завтрак		Калорийность-233, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-39
Обед		
180	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-119, Белки-1, Углеводы-26
	плоды шиповника сушеные, сахар	
40	Икра морковная	Калорийность-42, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-3
	морковь, лук репчатый, сметана, масло растительное, сахар	
180	Борщ со свежей капустой и картофелем и сметаной	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-17
	свекла, капуста белокочанная свежая, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, сметана, сахар, кислота лимонная	
170	Плов из курицы	Калорийность-266, Белки-4, Жиры-12, Углеводы-77
	филе птицы (полуфабрикат), крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло растительное, сметана	
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-554, Белки-9, Жиры-18, Углеводы-136
Полдник		
120	Каша ячневая молочная вязкая	Калорийность-85, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-45
	молоко, крупа ячневая, масло сливочное, сахар	
180	Чай с сахаром	Калорийность-34, Углеводы-9
	сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г	
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-13
Итого за Полдник		Калорийность-177, Белки-7, Жиры-5, Углеводы-67
II завтрак		
150	Кисель из концентрата	Калорийность-54, Углеводы-26
30	Печенье	Калорийность-417, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-74
Итого за II завтрак		Калорийность-471, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-100
Итого за день		Калорийность-1435, Белки-31, Жиры-39, Углеводы-342