



ОГЛАСОВАНО
 Директор МОВУ *Фили с. Вельковичев*
Ирина Владимировна

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой
 Урманчина Г. Ш.



МЕНЮ

дети с ограниченными возможностями здоровья, возрастная категория 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	Маринад овощной <i>морковь, масло растительное, лук репчатый, мука пшеничная в/с, кислота лимонная, сахар</i>	Калорийность-62, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5
60	Гуляш из мяса отварного <i>говядина (коплетное мясо), морковь, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, томат-паста</i>	Калорийность-127, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-4
155	Каша гречневая вязкая <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	Калорийность-167, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-24
200	кофейный напиток на молоке <i>молоко, сахар, кофейный напиток</i>	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
Итого за Завтрак		Калорийность-532, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-66
Обед		
40	Икра свекольная <i>свекла, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, сахар</i>	Калорийность-55, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-10
250	Суп куллама по-деревенски <i>картофель, мука пшеничная, морковь, лук репчатый, яйцо, масло растительное</i>	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-18
180	Птица, тушенная в соусе с овощами <i>картофель, морковь, филе птицы (полуфабрикат), лук репчатый, сметана, горошек зел. консерв., мука пшеничная</i>	Калорийность-254, Белки-18, Жиры-12, Углеводы-18
180	Компот из яблок <i>яблоки, сахар, кислота лимонная</i>	Калорийность-84, Углеводы-26
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-13
25	Хлеб ржаной	Калорийность-1
Итого за Обед		Калорийность-518, Белки-22, Жиры-18, Углеводы-85
Итого за день		Калорийность-1 050, Белки-43, Жиры-39, Углеводы-151



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотый курай"

Урманшина Г. Ш.



МЕНЮ

дети с ограниченными возможностями здоровья, возрастная категория 12 лет и старше

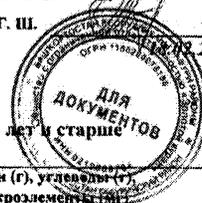
Выход (г)	Наименование блюда	эм. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
60	Гульки из мяса отварного <i>говядина (потешное мясо), морковь, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, томат-паста</i>	Калорийность-127, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-4
200	кофейный напиток на молоке <i>молоко, сахар, кофейный напиток</i>	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
100	Маринад овощной <i>морковь, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная в/с, кислота лимонная, сахар</i>	Калорийность-140, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-20
185	Каша гречневая вязкая <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	Калорийность-199, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-29
Итого за Завтрак		Калорийность-642, Белки-23, Жиры-28, Углеводы-86
Обед		
250	Суп куллара по-деревенски <i>картофель, мука пшеничная, морковь, лук репчатый, яйцо, масло растительное</i>	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-18
25	Хлеб ржаной	Калорийность-1
100	Икра свекольная <i>свекла, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, сахар</i>	Калорийность-140, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-27
200	Птица, тушеная в соусе с овощами <i>картофель, морковь, филе птицы (полуфабрикат), лук репчатый, сметана, горошек зам. конц., мука пшеничная</i>	Калорийность-173, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-71
200	Компот из яблок <i>яблоки, сахар, кислота лимонная</i>	Калорийность-93, Углеводы-28
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
Итого за Обед		Калорийность-543, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-160
Итого за день		Калорийность-1185, Белки-33, Жиры-41, Углеводы-246



Директор МОБУ *Ольга Владимировна Шереметьева*

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курдюк"
Урманшина 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)
<u>Завтрак</u>		
60	Гуляш из мяса отварного <i>говядина (котлетное мясо), морковь, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, томат-паста</i>	Калорийность-127, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-4
200	кофейный напиток на молоке <i>молоко, сахар, кофейный напиток</i>	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15
160	Маринад овощной <i>морковь, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная в/с, кислота лимонная, сахар</i>	Калорийность-140, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-20
185	Каша гречневая вязкая <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	Калорийность-199, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-29
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
Итого за Завтрак		Калорийность-630, Белки-22, Жиры-28, Углеводы-84
Итого за день		Калорийность-630, Белки-22, Жиры-28, Углеводы-84



СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ

Одм с И. Менделеев
Мурзаева

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой

Урманяна Г. Ш.



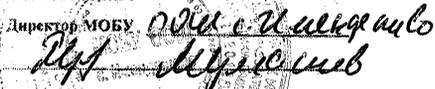
меню

дошкольная группа, возрастная категория 3-7 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
5	Масло сливочное порционное	Калорийность-37, Жиры-4
180	суп молочный с вермишелью	Калорийность-121, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-27
	<small>молоко, макаронные изделия, масло сливочное, сахар</small>	
180	Чай с сахаром	Калорийность-34, Углеводы-9
	<small>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</small>	
Итого за Завтрак		Калорийность-274, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-54
Обед		
40	Икра свекольная	Калорийность-55, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-10
	<small>свекла, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, сахар</small>	
180	Компот из яблок	Калорийность-84, Углеводы-26
	<small>яблоки, сахар, кислота лимонная</small>	
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
200	Суп куллама по-деревенски	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-27
	<small>картофель, мука пшеничная, морковь, лук репчатый, яйцо, масло растительное</small>	
150	Птица, тушеная в соусе с овощами	Калорийность-130, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-54
	<small>картофель, морковь, филе птицы (полуфабрикат), лук репчатый, сметана, горошек зам. конц., мука пшеничная</small>	
Итого за Обед		Калорийность-425, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-133
Полдник		
105	Блинчики	Калорийность-294, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-70
	<small>молоко, мука пшеничная в/с, масло сливочное, яйцо, масло растительное, сахар</small>	
150	Чай с сахаром	Калорийность-28, Углеводы-7
	<small>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</small>	
Итого за Полдник		Калорийность-322, Белки-8, Жиры-13, Углеводы-77
II завтрак		
150	Напиток из плодов шиповника	Калорийность-99, Белки-1, Углеводы-22
	<small>плоды шиповника сушеные, сахар</small>	
Итого за II завтрак		Калорийность-99, Белки-1, Углеводы-22
Итого за день		Калорийность-1 120, Белки-24, Жиры-30, Углеводы-286

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курин"

Урманшина Г. Ш.

МЕНЮ

многодетные малообеспеченные семьи возрастная категория 7-11 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	Маринад овощной <i>морковь, масло растительное, лук репчатый, мука пшеничная 4/с, кислота лимонная, сахар</i>	Калорийность-62, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5
60	Гуляш из мяса отварного <i>говядина (катлетное мясо), морковь, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, томат-паста</i>	Калорийность-127, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-4
155	Каша гречневая вязкая <i>крупа гречневая, масло сливочное</i>	Калорийность-167, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-24
200	кофейный напиток на молоке <i>молоко, сахар, кофейный напиток</i>	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-15
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
Итого за Завтрак		Калорийность-532, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-66
Итого за день		Калорийность-532, Белки-21, Жиры-21, Углеводы-66

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курин"

Урманшина Г. Ш.

МЕНЮ

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
60	Икра свекольная <i>свекла, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, сахар</i>	Калорийность-85, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-16
150	Птица, тушенная в соусе с овощами <i>картофель, морковь, филе птицы (подфаршист), лук репчатый, сметана, горошек тел. ханс, мука пшеничная</i>	Калорийность-130, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-54
200	Компот из яблок <i>яблоки, сахар, кислота лимонная</i>	Калорийность-93, Углеводы-28
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
Итого за Завтрак		Калорийность-378, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-114
Итого за день		Калорийность-378, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-114