

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 января 2024 г.
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							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,6	16,5	46,1	379
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15	19,1	83,9	570
Всего				15	19,1	83,9	570

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 января 2024 г.
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							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,6	16,5	46,1	379
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15	19,1	83,9	570
Всего				15	19,1	83,9	570

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 января 2024 г.
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							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,6	16,5	46,1	379
2018	300	ЧАИ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15	19,1	83,9	570
Обед							
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,3	1,5	3,6	30
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	200	5,7	3,9	24,8	158
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50	8,4	10,5	7,7	158
		БЕРМШЕЛЬ ОТВАРЕНАЯ С МАСЛОМ	150		2,4		22
2018	303	ЧАИ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАДЕТЕК КРАСНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				18,9	18,7	65,5	507
Всего				33,9	37,8	149,4	1077

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 января 2024 г.
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							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	5,6	54
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,6	16,5	46,1	379
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				16,1	20,1	90,6	611
Всего				16,1	20,1	90,6	611

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 января 2024 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							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	5,6	54
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,6	16,5	46,1	379
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				16,1	20,1	90,6	611
Обед							
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,3	1,5	3,6	30
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	270	7,9	5,5	33,4	214
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50	8,4	10,5	7,7	158
		БЕРМШЕЛЬ СТВАРНАХ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180		2,9		26
2018	303	ХЛЕБ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ЗАПЕТЕК КРАСНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				21,1	20,8	74,1	567
Всего				37,2	40,9	164,7	1178

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 января 2024 г.
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	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,6	16,5	46,1	379
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				14,6	18,7	74,4	524
Всего				14,6	18,7	74,4	524

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 января 2024 г.
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							
201		КАША ВЯЗКАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	4,7	5,2	26	169
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7	5,4	49,5	274
II Завтрак							
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,8	1,7	9,3	59
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				4	1,9	23,9	128
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВОЗОВОМ И ПЕЩАМИ	200	5,7	3,9	24,7	158
2011	290	ПЕЩАНИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50	8,4	10,5	7,7	158
		БОРИЩЕЛЬ ОТВАЖАЕТ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130		2		19
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,4	30
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,4	16,6	54,4	434
Полдник							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
2011	146	КАРТОФЕЛЬ ПО ДЕРЕВЕНСКИ С ПАПРИКОЙ	130	3,2	9,4	25,7	201
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,2	11,6	53	342
Всего				33,6	35,5	180,8	1178

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 января 2024 г.
СВО



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1	3	5,6	54
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,6	16,5	46,1	379
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				16,1	20,1	90,6	611
Всего				16,1	20,1	90,6	611