

СОГЛАСОВАНО

Директор ООО



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО

Урманшина Г.П.



Меню ОВЗ старшие

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
60	Копилеты рубленые из кур <i>копилеты куриные (70г), масла растительное</i>	Калорийность-184, Углеводы-92
200	Сок фруктовый	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-126, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-14
70	Маринад овощной <i>морковь, лук репчатый, масла растительное, мука пшеничная в/с, кислота лимонная, сахар</i>	Калорийность-328, Белки-21, Жиры-6, Углеводы-98
183	Пюре гороховое <i>крупа горох колотый, масла сливочное</i>	
Итого за Завтрак		Калорийность-720, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-222
Обед		
80	Икра свекольная <i>свекла, лук репчатый, томат-паста, масла растительное, сахар</i>	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-19
250	Рассольник ленинградский(с рисовой крупой) <i>картофель, огурцы соленые, зелень, крупа рисовая, лук репчатый, масла сливочное</i>	Калорийность-114, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-40
200	Плов из курицы <i>крупа рисовая, филе птицы (полубройка), морковь, лук репчатый, масла растительное, томат-паста</i>	Калорийность-398, Белки-6, Жиры-14, Углеводы-127
200	Компот из яблок и рябины черноплодной <i>яблоки, рябина замороженная, сахар</i>	Калорийность-55, Углеводы-17
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-93, Белки-3, Углеводы-21
30	Хлеб ржаной	Калорийность-1
Итого за Обед		Калорийность-767, Белки-13, Жиры-23, Углеводы-224
Итого за день		Калорийность-1487, Белки-38, Жиры-39, Углеводы-446

СОГЛАСОВАНО

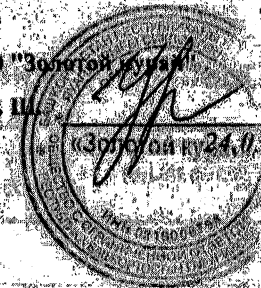
Директор ООО "Золотой Курок"



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой Курок"

Урманчина Г. П.



Меню ММС старшие

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
60	Котлеты рубленные из кур <i>котлеты куриные (Зер), масло растительное</i>	Калорийность-184, Углеводы-92
200	Сок фруктовый	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-126, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-14
70	Маринад овощной <i>морковь, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная в/с, кислота лимонная, сахар</i>	Калорийность-328, Белки-21, Жиры-6, Углеводы-98
185	Пюре гороховое <i>крупа горох колотый, масло сливочное</i>	
Итого за Завтрак		Калорийность-720, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-222
Итого за день		Калорийность-720, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-222



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курочка"

Урманчина Г.И.



Меню ММС младшие

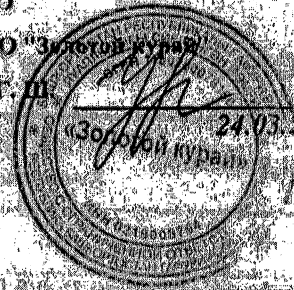
Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	Маринад овощной морковь, лук репчатый, масло растительное, вода питьевая, сахар	Калорийность-62, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5
60	Котлеты рубленые из кур котлеты куриные (1бар), масло растительное	
155	Пюре гороховое крупа горох колотый, масло сливочное	Калорийность-245, Белки-15, Жиры-3, Углеводы-35
200	Сок фруктовый	Калорийность-184, Углеводы-92
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
Итого за Завтрак		Калорийность-573, Белки-19, Жиры-9, Углеводы-150
Итого за день		Калорийность-573, Белки-19, Жиры-9, Углеводы-150

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ



Директор ООО "Золотой курган"
Урманшина Г. Ш.



Меню Школа старшие

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
40	Маринад овощной	Калорийность-112, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-9
	<i>морковь, масло растительное, лук репчатый, мука пшеничная высшего качества, кислота аскорбиновая, сахар</i>	
170	Плов из курицы	Калорийность-312, Белки-5, Жиры-12, Углеводы-96
	<i>крупа рисовая, филе птицы (полуфабрикат), морковь, масло растительное, лук репчатый, томаты-паста</i>	
200	Чай с сахаром	Калорийность-37, Углеводы-10
	<i>сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г</i>	

Итого за Завтрак Калорийность-531, Белки-8, Жиры-22, Углеводы-131

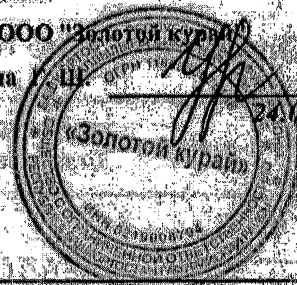
Итого за день Калорийность-531, Белки-8, Жиры-22, Углеводы-131



УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой кур"

Урманшина

**Меню ОВЗ младшие**

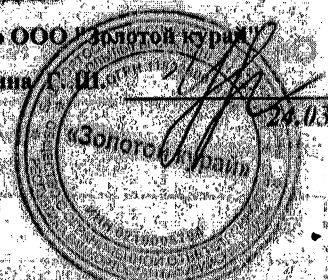
Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	Маринад овощной <i>морковь, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, сахар</i>	Калорийность-62, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5
60	котлеты рубленые из кур <i>котлеты куриные (Збер), масло растительное</i>	
155	Шоре гороховое <i>крупа горох колотый, масло сливочное</i>	Калорийность-245, Белки-15, Жиры-5, Углеводы-35
200	Сок фруктовый	Калорийность-184, Углеводы-92
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
Итого за Завтрак		Калорийность-573, Белки-19, Жиры-9, Углеводы-150
Обед		
170	Плов из курицы <i>крупа рисовая, филе птицы (полуфабрикат), морковь, масло растительное, лук репчатый, томаты-паста</i>	Калорийность-312, Белки-5, Жиры-12, Углеводы-96
180	Компот из яблок и рябины черноплодной <i>яблоки, ягода заморозанная, сахар</i>	Калорийность-51, Углеводы-15
40	Икра свекольная <i>свекла, лук репчатый, томаты-паста, масло растительное, сахар</i>	Калорийность-55, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-10
250	Рассольник ленинградский(с перловой крупой) <i>картофель, огурцы соленые, морковь, крупа перловая, лук репчатый, масло сливочное</i>	Калорийность-114, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-39
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
25	Хлеб ржаной	Калорийность-1
Итого за Обед		Калорийность-693, Белки-10, Жиры-18, Углеводы-176
Итого за день		Калорийность-1 176, Белки-29, Жиры-27, Углеводы-326



Согласовано
Директор ООО "Золотой Курай"

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой Курай"
Урмаишина С.И.



Меню Детского сада

Выход (г)	Наименование блюда	Эп. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
5	Масло сливочное порционное	Калорийность-37, Жиры-4
153	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая молоко, крупа "геркулес", сахар, масло сливочное	Калорийность-116, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-14
180	Чай с сахаром сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г	Калорийность-34, Углеводы-9
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-16
Итого за Завтрак		Калорийность-257, Белки-6, Жиры-9, Углеводы-39
Обед		
30	Икра свекольная свекла, лук репчатый, томат-паста, масло растительное, сахар	Калорийность-40, Белки-1, Жиры-2, Углеводы-7
190	Рассольник ленинградский(с перловой крупой) картофель, огурцы соленые, морковь, крупа перловая, лук репчатый, масло сливочное	Калорийность-82, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30
170	Плов из курицы крупа рисовая, филе птицы (полуфабрикат), морковь, масло растительное, лук репчатый, томат-паста	Калорийность-312, Белки-5, Жиры-12, Углеводы-96
180	Компот из яблок и рябины черноплодной яблоки, рябина замороженная, сахар	Калорийность-51, Углеводы-15
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-13
Итого за Обед		Калорийность-543, Белки-10, Жиры-16, Углеводы-161
Полдник		
124	Каша молочная вязкая "Артек" молоко, крупа пшеничная, сахар, масло сливочное	Калорийность-179, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-51
150	Чай с молоком и сахаром молоко, сахар, чай высшего или 1-го сорта 100г	Калорийность-60, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-9
25	Хлеб пшеничный	Калорийность-58, Белки-2, Углеводы-13
Итого за Полдник		Калорийность-287, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-73
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-1358, Белки-33, Жиры-42, Углеводы-373

СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

Директор МОУ

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Урманшина Г.И.

Меню Начальные классы

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак		
50	Маринад овощной морковь, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, сахар	Калорийность-62, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5
60	кнелеты рубленые из кур кнелеты куриные (76гр), масло растительное	
155	Пюре гороховое крупа горох колотый, масло сливочное	Калорийность-245, Белки-15, Жиры-5, Углеводы-35
200	Сок фруктовый	Калорийность-184, Углеводы-92
35	Хлеб пшеничный	Калорийность-82, Белки-3, Углеводы-18
Итого за Завтрак		Калорийность-573, Белки-19, Жиры-9, Углеводы-150
Итого за день		Калорийность-573, Белки-19, Жиры-9, Углеводы-150