

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
23 января 2024 г.
СВО



Сбор- ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ					
2008		СУП С РИСОМ И С МЯСОМ	40	1,4	4,1	3,1	55
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	250	9,2	4,6	12,1	127
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				15,2	11,8	52,3	377
				15,2	11,8	52,3	377

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
23 января 2024 г.
Начальные классы 7-11 лет



Сбор- ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,4	4,1	3,1	55
2008		СУП С РИСОМ И С МЯСОМ	200	7,4	3,7	9,7	102
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого							
Всего				13,4	10,9	49,9	352
				13,4	10,9	49,9	352

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
23 января 2024 г.
ММС 7-11 лет



Сбор- ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ					
2008		СУП С РИСОМ И С МЯСОМ	40	1,4	4,1	3,1	55
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "БАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	7,4	3,7	9,7	102
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				13,4	10,9	49,9	352
				13,4	10,9	49,9	352

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
23 января 2024 г.
ОВЗ 7-11 лет



Сбор- ник рецеп- тов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ					
2008		СУП С РИСОМ И С МЯСОМ	40	1,4	4,1	3,1	55
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	7,4	3,7	9,7	102
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				13,4	10,9	49,9	352
Обед							
2011	35	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ					
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	40	0,8	2,1	6	47
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	200	1,7	3,3	13,1	89
		ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	260	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	60	8,5	10,5	6,6	155
2011	173	ЧАЙ С САХАРОМ	150	5,5	4,7	24,9	163
2018	300	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				21,1	21,8	89,9	642
				34,5	32,7	139,8	994

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
23 января 2024 г.
ММС 12-18 лет



Сбор- ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ					
2008		СУП С РИСОМ И С МЯСОМ	40	1,4	4,1	3,1	55
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "БАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	250	9,2	4,6	12,1	127
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				15,2	11,8	52,3	377
				15,2	11,8	52,3	377

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
23 января 2024 г.
ОВЗ 12-18 лет



Сбор- ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,4	4,1	3,1	55
2008		СУП С РИСОМ И С МЯСОМ					
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	250	9,2	4,6	12,1	127
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				15,2	11,8	52,3	377
Обед							
2011	35	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	1	2,7	7,6	58
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	270	2,4	4,5	17,8	121
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	70	9,9	12,2	7,7	181
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	5,5	4,7	24,9	163
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				23,4	25,3	97,3	711
				38,6	37,1	149,6	1088

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
23 января 2024 г.
Родительская плата 12-18 лет



Сбор- ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,4	4,1	3,1	55
2008		СУП С РИСОМ И С МЯСОМ	250	9,2	4,6	12,1	127
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				12,9	8,9	39,7	291
Всего				12,9	8,9	39,7	291

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
23 января 2024 г.
Детский сад 3-7 лет



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2018	192	КАША ОСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,5	6,8	26,2	187
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,8	7	49,7	292
II Завтрак							
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150				
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				2,3	2,9	22,3	125
Обед							
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	200	1,7	3,3	13,1	89
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,2	8,7	5,5	129
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	130	4,8	4,1	21,6	142
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16	16,3	63,7	465
Полдник							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,4	4,1	3,1	55
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				6,9	13,7	52,3	361
Всего				33	39,9	188	1243