

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
24 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							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ					
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	60	0,7	3	9,3	67
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	60	5,2	5,5	6	94
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3,1	4,5	21,1	137
			200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				11,2	13,2	51	367
				11,2	13,2	51	367

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
24 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								
2018	17		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	3	9,3	67
2008	237		РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	60	5,2	5,5	6	94
2011	128		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	4,5	21,1	137
2011	389		СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200				
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого					11,2	13,2	51	367
Всего					11,2	13,2	51	367

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
24 января 2024 г.
ОВЗ 7-11 лет



Сбор- ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	3	9,3	67
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	60	5,2	5,5	6	94
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	4,5	21,1	137
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				11,2	13,2	51	367
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	200	5,7	3,9	24,8	158
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	0,7	3,9	2,9	49
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		2,4		22
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						14,6	69
Всего				10,9	10,6	66,8	407
				22,1	23,8	117,8	774

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
24 января 2024 г.
ОВЗ 12-18 лет

Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	3	9,3	67
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	80	6,9	7,3	8	125
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,7	5,4	25,3	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				14,3	15,9	62,1	449
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	300	8,8	5,9	37,2	238
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	0,7	3,9	2,9	49
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		2,4		22
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				14	12,6	79,2	487
Всего				28,3	28,5	141,3	936

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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



МЕНЮ
24 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							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	3	9,3	67
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,7	5,4	25,3	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				7,4	8,6	54,1	324
Всего				7,4	8,6	54,1	324

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
24 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							
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	150	4	5,3	24,1	160
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,3	5,5	47,6	265
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 БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	200	5,7	3,9	24,8	158
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,7	3,9	18,4	119
2008	237	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	60	5,2	5,5	6	94
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15,9	13,5	72,7	476
Полдник							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,4	1,9	6,2	45
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130		2		19
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,7	4,1	29,7	169
Всего				28,9	25	173,9	1038

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
24 января 2024 г.
СВО

Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	3	9,3	67
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	80	6,9	7,3	8	125
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,7	5,4	25,3	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				14,3	15,9	62,1	449
Всего				14,3	15,9	62,1	449

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
24 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							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	3	9,3	67
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	80	6,9	7,3	8	125
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,7	5,4	25,3	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				14,3	15,9	62,1	449
Всего				14,3	15,9	62,1	449