

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
30 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							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2008	100	СУП КУРИНЫЙ	270	7	8,5	8,7	141
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,4	19,9	27,4	332
Всего				10,4	19,9	27,4	332

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

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



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2008	100	СУП КУРИНЫЙ	200	5,2	6,3	6,5	104
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,6	17,7	34,9	334
Всего				8,6	17,7	34,9	334

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

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



Сбор- ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2018	207	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	5,2	34,6	202
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,5	5,4	58,1	307
II Завтрак							
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,8	1,7	9,3	59
Итого				1,8	1,7	9,3	59
Обед							
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,6	4	10,3	84
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	10,9	15,8	46,1	370
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				14,8	20	79,9	559
Полдник							
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,4	6,4	33,3	220
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,7	9,5	60,6	371
Всего				33,8	36,6	207,9	1296

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

ВЕРЖДАЮ
РЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"
Г. Ш. Урманшина

Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2008	100	СУП КУРИНЫЙ	270	7	8,5	8,7	141
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,4	19,9	27,4	332
Обед							
		САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	60	2	6,9	5,2	91
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300	2,4	5,9	15,3	126
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	291	ПЛОС ИЗ ПТИЦЫ	180	13,7	19,7	55,4	454
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				22,7	33,7	115,2	859
Всего				33,1	53,6	142,6	1191

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
30 января 2024 г.
ММС 12-18 лет



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2008	100	СУП КУРИНЫЙ	270	7	8,5	8,7	141
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,4	19,9	27,4	332
Всего				10,4	19,9	27,4	332

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
30 января 2024 г.
ОВЗ 7-11 лет



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2008	100	СУП КУРИНЫЙ	250	6,6	7,8	8,1	130
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				10	19,2	26,8	321
Обед							
		САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	40	1,4	4,7	3,4	61
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2	5	12,8	105
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
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
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				19,6	27,4	101,6	733
Всего				29,6	46,6	128,4	1054

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
30 января 2024 г.
ММС 7-11 лет



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2008	100	СУП КУРИНЫЙ	250	6,6	7,8	8,1	130
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10	19,2	26,8	321
Всего				10	19,2	26,8	321

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

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



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2008	100	СУП КУРИНЫЙ	250	6,6	7,8	8,1	130
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10	19,2	26,8	321
Всего				10	19,2	26,8	321