

СОГЛАСОВАНО  
Директор МОБУ СОШ с. Я. И. И. И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"  
Урманшина Г. Ш.

**МЕНЮ**  
5 сентября 2022 г.

ОВЗ 7-11 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                       | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                          |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                  |                                          |          |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 290              | МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 50       | 6,9               | 9,4     | 4,9              | 132                                      |
| 2018                          | 227              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ              | 120      | 5,3               | 3,3     | 34,4             | 189                                      |
| 2011                          | 338              | ЯБЛОКО                                   | 100      | 0,4               | 0,4     | 9,5              | 46                                       |
| 2011                          | 377              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                            | 200/10/5 | 0,1               |         | 10               | 41                                       |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 30       | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                                       |
| Итого                         |                  |                                          |          | 14,9              | 13,3    | 73,4             | 477                                      |
| Обед                          |                  |                                          |          |                   |         |                  |                                          |
| 2018                          | 17               | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                         | 40       | 0,4               | 1,6     | 4,8              | 36                                       |
| 2011                          | 82               | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ             | 180      | 1,5               | 3,6     | 9,1              | 75                                       |
|                               |                  | СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)   | 5        | 0,1               | 0,8     | 0,2              | 10                                       |
|                               |                  | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ                          | 60       |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 171.2            | КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ                 | 150      | 3,4               | 3,9     | 36,3             | 194                                      |
| 2018                          | 309              | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ              | 200      |                   |         | 9,7              | 39                                       |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 35       | 2,6               | 0,2     | 17,1             | 80                                       |
|                               |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                              | 30       | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                                       |
| Итого                         |                  |                                          |          | 10,2              | 10,3    | 91,8             | 503                                      |
| Всего                         |                  |                                          |          | 25,1              | 23,6    | 165,2            | 980                                      |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МОБУ СОШ с. Я. И. И. И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"  
Урманшина Г. Ш.

**МЕНЮ**  
5 сентября 2022 г.

ОВЗ 12-18 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп- | № техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность, |
|------------------------|------------------|---------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|----------------------------------|
|                        |                  |                                             |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                  |
| Завтрак                |                  |                                             |          |                   |         |                  |                                  |
| 2011                   | 290              | МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ<br>СОУСЕ | 60       | 8,3               | 11,3    | 5,9              | 158                              |
| 2018                   | 227              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                 | 150      | 6,7               | 4       | 43,1             | 236                              |
| 2011                   | 338              | ЯБЛОКО                                      | 100      | 0,4               | 0,4     | 9,5              | 46                               |
| 2011                   | 377              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                               | 200/10/5 | 0,1               |         | 10               | 41                               |
|                        |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30       | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                               |
| Итого                  |                  |                                             |          | 17,7              | 15,9    | 83,1             | 550                              |
| Обед                   |                  |                                             |          |                   |         |                  |                                  |
| 2018                   | 17               | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ                            | 70       | 0,8               | 2,8     | 8,6              | 63                               |
| 2011                   | 82               | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ                | 250      | 2                 | 5       | 12,8             | 105                              |
|                        |                  | СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ                     | 5        | 0,1               | 0,8     | 0,2              | 10                               |
|                        |                  | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ                             | 60       |                   |         |                  |                                  |
| 2011                   | 171.2            | КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ                    | 150      | 3,4               | 3,9     | 36,3             | 194                              |
| 2018                   | 309              | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ                 | 200      |                   |         | 9,7              | 39                               |
|                        |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 35       | 2,6               | 0,2     | 17,1             | 80                               |
|                        |                  | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                 | 30       | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                               |
| Итого                  |                  |                                             |          | 11,1              | 12,9    | 99,3             | 560                              |
| Всего                  |                  |                                             |          | 28,8              | 28,8    | 182,4            | 1110                             |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МОБУ СОШ с. *Урманшина Г. Ш.*

**МЕНЮ**  
5 сентября 2022 г.  
ММС 7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "Золотой курай"  
Урманшина Г. Ш.

ДОКУМЕНТ

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|---------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                             |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                  |                                             |          |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 290              | МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ<br>СОУСЕ | 50       | 6,9               | 9,4     | 4,9              | 132                                      |
| 2018                          | 227              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                 | 120      | 5,3               | 3,3     | 34,4             | 189                                      |
| 2011                          | 338              | ЯБЛОКО                                      | 100      | 0,4               | 0,4     | 9,5              | 46                                       |
| 2011                          | 377              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                               | 200/10/5 | 0,1               |         | 10               | 41                                       |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30       | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                                       |
| Итого                         |                  |                                             |          | 14,9              | 13,3    | 73,4             | 477                                      |
| Всего                         |                  |                                             |          | 14,9              | 13,3    | 73,4             | 477                                      |

СОГЛАСОВАНО  
Директор МОБУ СОШ с. *Урманшина Г. Ш.*

**МЕНЮ**  
5 сентября 2022 г.  
ММС 12-18 лет

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "Золотой курай"  
Урманшина Г. Ш.

ДОКУМЕНТ

| Сбор-<br>ник<br>рецеп- | № техн.<br>карты | Наименование блюда                 | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность, |
|------------------------|------------------|------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|----------------------------------|
|                        |                  |                                    |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                  |
| Завтрак                |                  |                                    |          |                   |         |                  |                                  |
| 2011                   | 290              | МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ | 60       | 8,3               | 11,3    | 5,9              | 158                              |
| 2018                   | 227              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ        | 150      | 6,7               | 4       | 43,1             | 236                              |
| 2011                   | 338              | ЯБЛОКО                             | 100      | 0,4               | 0,4     | 9,5              | 46                               |
| 2011                   | 377              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                      | 200/10/5 | 0,1               |         | 10               | 41                               |
|                        |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 30       | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                               |
| Итого                  |                  |                                    |          | 17,7              | 15,9    | 83,1             | 550                              |
| Всего                  |                  |                                    |          | 17,7              | 15,9    | 83,1             | 550                              |



СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ СОШ с. *Сити*

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"  
Урманшина Г. Ш.**МЕНЮ**

5 сентября 2022 г.

Начальные классы 7-11 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|---------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|
|                               |                  |                                             |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |
| Завтрак                       |                  |                                             |          |                   |         |                  |                                          |
| 2011                          | 290              | МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ<br>СОУСЕ | 50       | 6,9               | 9,4     | 4,9              | 132                                      |
| 2018                          | 227              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                 | 120      | 5,3               | 3,3     | 34,4             | 189                                      |
| 2011                          | 338              | ЯБЛОКО                                      | 100      | 0,4               | 0,4     | 9,5              | 46                                       |
| 2011                          | 377              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                               | 200/10/5 | 0,1               |         | 10               | 41                                       |
|                               |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 30       | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                                       |
| Итого                         |                  |                                             |          | 14,9              | 13,3    | 73,4             | 477                                      |
| Всего                         |                  |                                             |          | 14,9              | 13,3    | 73,4             | 477                                      |

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ СОШ с. *Сити*

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"  
Урманшина Г. Ш.**МЕНЮ**

5 сентября 2022 г.

Родительская плата 12-18 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп- | № техн.<br>карты | Наименование блюда                 | Выход | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность, |
|------------------------|------------------|------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|----------------------------------|
|                        |                  |                                    |       | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                  |
| Завтрак                |                  |                                    |       |                   |         |                  |                                  |
| 2011                   | 290              | МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ | 60    | 8,3               | 11,3    | 5,7              | 157                              |
| 2018                   | 227              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ        | 150   | 6,7               | 4       | 43,1             | 236                              |
| 2018                   | 300              | ЧАЙ С САХАРОМ                      | 200   | 0,1               |         | 9,9              | 40                               |
|                        |                  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                     | 30    | 2,2               | 0,2     | 14,6             | 69                               |
| Итого                  |                  |                                    |       | 17,3              | 15,5    | 73,3             | 602                              |
| Всего                  |                  |                                    |       | 17,3              | 15,5    | 73,3             | 602                              |