

ПАСОВАННО

ДИРЕКТОР МОБУ

Цу



УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ

24 октября 2022 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							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	2	5	42
		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60				
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	175	7,9	4,6	50,2	274
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,3	0,5	2	14
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/5	0,1		10	41
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				11,1	7,3	81,8	440
Всего				11,1	7,3	81,8	440

ПАСОВАН
РЕКТОР МОБУ

С.С. Сидорова



МЕНЮ

24 октября 2022 г.

Начальные классы 7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	2	5	42
		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60				
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,8	3,6	37,3	205
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,3	0,5	2	14
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/5	0,1		10	41
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				9	6,3	68,9	371
Всего				9	6,3	68,9	371

УТВЕРЖДЕНО
ДИРЕКТОР МОБУ

Ш



Согласовано
Директор Р-З

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"



Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
24 октября 2022 г.
ОВЗ 7-11 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	2	5	42
		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60				
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,8	3,6	37,3	205
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,3	0,5	2	14
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10/5	0,1		10	41
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				9	6,3	68,9	371
Обед							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	2,3	7,2	52
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	225	1,6	2,7	7,9	64
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,6	15,5	44,9	369
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				19,4	21,7	89,4	633
Всего				28,4	28	158,3	1004

ДИРЕКТОР МОБУ

ДИРЕКТОР МОБУ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

24 октября 2022 г.

ОВЗ 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							
			40	0,6	2	5	42
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60				274
		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	175	7,9	4,6	50,2	14
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	30	0,3	0,5	2	41
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	200/10/5	0,1		10	69
2011	377	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	30	2,2	0,2	14,6	440
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		11,1	7,3	81,8	
Итого							
Обед							
			80	0,9	3,1	9,5	70
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	270	2	3,3	9,4	76
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ					10
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	455
			185	15,3	19	55,3	
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200				69
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	749
		ХЛЕБ РЖАНОЙ		22,7	26,6	103,6	1189
Итого				33,8	33,9	185,4	
Всего							