

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
20 декабря 2022 г.
Детский сад 3-7 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,7	4,2	19,9	132
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6	4,4	43,4	237
II Завтрак							
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,3	29
Итого						7,3	29
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	150	5,1	3,3	22,2	140
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	15,6	16,1	37,4	357
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				23	19,6	83,1	602
Полдник							
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С ЯБЛОКОМ	130	3,8	5,2	17,1	131
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,1	5,4	40,6	236
Всего				35,1	29,4	174,4	1104

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
20 декабря 2022 г.
Родительская плата 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	1,1	3	8,2	64
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				10,1	7,2	75,8	409
Всего				10,1	7,2	75,8	409

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
20 декабря 2022 г.
ОВЗ 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,7	1,9	5,6	43
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,1	4,9	51,7	283
		ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,7	14,7	2,7	194
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				23,8	21,7	84,5	629
Обед							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1	6,1	4,6	77
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	300	10,2	6,7	44,5	279
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	180	18,4	19,2	45	428
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	11,8	49
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				34,1	32,5	135,1	971
Всего				57,9	54,2	219,6	1600

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

20 декабря 2022 г.

ОВЗ 7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	40	0,7	1,9	5,6	43
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,7	4	43,1	236
		ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,7	14,7	2,7	194
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2011	338	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				22,8	21,2	85,4	628
Обед							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6	4	3,2	52
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	250	8,5	5,6	37	233
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	15,6	16,1	37,4	357
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	11,8	49
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				29,2	26,2	118,6	829
Всего				52	47,4	204	1457

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
20 декабря 2022 г.
ДЕТИ СВО 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,7	1,9	5,6	43
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,1	4,9	51,7	283
		ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,7	14,7	2,7	194
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				23,8	21,7	84,5	629
Всего				23,8	21,7	84,5	629

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
20 декабря 2022 г.
ММС 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,7	1,9	5,6	43
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,1	4,9	51,7	283
		ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,7	14,7	2,7	194
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				23,8	21,7	84,5	629
Всего				23,8	21,7	84,5	629

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

20 декабря 2022 г.

Начальные классы 7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,7	1,9	5,6	43
		ТЕФТЕЛИ ГОВЯЖЬИ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,7	14,7	2,7	194
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,7	4	43,1	236
2018	227	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2018	300	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
				22,8	21,2	85,4	628
Итого				22,8	21,2	85,4	628
Всего				22,8	21,2	85,4	628

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845716

Владелец Насыров Ринат Зуфарович

Действителен с 21.11.2022 по 21.11.2023