

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_



ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

## МЕНЮ

22 декабря 2022 г.

### Родительская плата 12-18 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	50	0,8	3,8	5,7	61
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,3	21,4	136
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>6,3</b>	<b>8,3</b>	<b>51,6</b>	<b>306</b>
<b>Всего</b>				<b>6,3</b>	<b>8,3</b>	<b>51,6</b>	<b>306</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**

22 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	
<b>Завтрак</b>							
		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	110				
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	5,1	25,6	164
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	138
<b>Итого</b>				<b>8,4</b>	<b>5,5</b>	<b>64,7</b>	<b>342</b>
<b>Обед</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	50	0,8	3,8	5,7	61
2012	79	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	250	5	3	34,6	185
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60	8,3	11,3	5,9	158
2011	306	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	180	20,1	5,4	42	297
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>38,6</b>	<b>23,9</b>	<b>127,1</b>	<b>878</b>
<b>Всего</b>				<b>47</b>	<b>29,4</b>	<b>191,8</b>	<b>1220</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
22 декабря 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	
<b>Завтрак</b>							
		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100				
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5	21,4	143
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2011	338	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
<b>Итого</b>				<b>6,7</b>	<b>5,6</b>	<b>60,3</b>	<b>321</b>
<b>Обед</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	40	0,6	3	4,5	49
2012	79	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	4	2,3	27,7	148
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60	8,3	11,3	5,9	158
2011	306	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	150	16,8	5,2	35	254
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>34,1</b>	<b>22,2</b>	<b>112</b>	<b>786</b>
<b>Всего</b>				<b>40,8</b>	<b>27,8</b>	<b>172,3</b>	<b>1107</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**

22 декабря 2022 г.

**ДЕТИ УЧАСТНИКОВ СВО 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	
<b>Завтрак</b>							
		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	110	0,7	4,6	4	60
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	5,1	25,6	164
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	138
<b>Итого</b>				<b>9,1</b>	<b>10,1</b>	<b>68,7</b>	<b>402</b>
<b>Всего</b>				<b>9,1</b>	<b>10,1</b>	<b>68,7</b>	<b>402</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



**МЕНЮ**  
22 декабря 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	
<b>Завтрак</b>							
		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	110	0,7	4,6	4	60
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	5,1	25,6	164
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	138
<b>Итого</b>				<b>9,1</b>	<b>10,1</b>	<b>68,7</b>	<b>402</b>
<b>Всего</b>				<b>9,1</b>	<b>10,1</b>	<b>68,7</b>	<b>402</b>



СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**

22 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	
<b>Завтрак</b>							
		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100				
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5	21,4	143
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2011	338	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
<b>Итого</b>				<b>6,7</b>	<b>5,6</b>	<b>60,3</b>	<b>321</b>
<b>Всего</b>				<b>6,7</b>	<b>5,6</b>	<b>60,3</b>	<b>321</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
22 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	
<b>Завтрак</b>							
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	150	1,5	4	4,7	61
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>3,8</b>	<b>4,2</b>	<b>28,2</b>	<b>166</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	411	КИСЕЛЬ	150			13,9	56
<b>Итого</b>						<b>13,9</b>	<b>56</b>
<b>Обед</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	40	0,6	3	4,5	49
2012	79	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150	3	1,9	20,7	111
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	50	6,9	9,4	4,9	132
2011	306	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	14,6	4,2	30,4	218
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>27,4</b>	<b>18,7</b>	<b>84</b>	<b>615</b>
<b>Полдник</b>							
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,3	18,6	124
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>5</b>	<b>4,5</b>	<b>42,1</b>	<b>229</b>
<b>Всего</b>				<b>36,2</b>	<b>27,4</b>	<b>168,2</b>	<b>1066</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845716

Владелец Насыров Ринат Зуфарович

Действителен с 21.11.2022 по 21.11.2023