

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
18 января 2023 г.
Детский сад 3-7 лет



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,7	4,4	25,7	161
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7	4,6	49,2	266
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				2,3	2,9	22,3	125
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	150	4,6	3,3	18,4	122
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	60/30	11,7	13,2	2	174
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	130	3,6	2,8	22	127
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	10,6	44
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				23	19,6	72,5	559
Полдник							
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	130	7,1	6,6	32,4	218
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				9,4	6,8	55,9	323
Всего				41,7	33,9	199,9	1273

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
18 января 2023 г.

Начальные классы 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							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	2,9	4,3	47
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
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				21,5	20,9	74,6	575
Всего				21,5	20,9	74,6	575

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
18 января 2023 г.
ММС 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							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	2,9	4,3	47
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
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				21,5	20,9	74,6	575
Всего				21,5	20,9	74,6	575

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г.Ш. Урманшина

МЕНЮ
18 января 2023 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							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	2,9	4,3	47
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
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				21,5	20,9	74,6	575
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	250	7,3	5,1	30,9	198
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	10,2	11,5	2,6	156
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		3,2		29
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				20,5	20	53	475
Всего				42	40,9	127,6	1050

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
18 января 2023 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							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,9	3,7	5,3	59
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	110	11,9	14,6	3,2	193
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	7,2	4,1	46	249
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				22,3	22,6	79	610
Всего				22,3	22,6	79	610

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ" _____

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
18 января 2023 г.
дети 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	
Завтрак							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,9	3,7	5,3	59
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	110	11,9	14,6	3,2	193
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	7,2	4,1	46	249
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				22,3	22,6	79	610
Всего				22,3	22,6	79	610

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
18 января 2023 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							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,9	3,7	5,3	59
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	110	11,9	14,6	3,2	193
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	7,2	4,1	46	249
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				22,3	22,6	79	610
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	300	9	6,6	36,9	243
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	8,9	9,9	3,8	141
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	5,5	4,3	33,8	196
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				26,4	21	94	672
Всего				48,7	43,6	173	1282

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
18 января 2023 г.
Родительская плата 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							
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	3,4	25,3	148
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				18,3	17,4	52,5	440
Всего				18,3	17,4	52,5	440

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845716

Владелец Насыров Ринат Зуфарович

Действителен с 21.11.2022 по 21.11.2023