

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Ш. Урманшина



МЕНЮ

26 января 2023 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							
		КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100				
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5	21,4	143
2011	312	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2018	300	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
				6,3	5,2	50,8	275
Итого				6,3	5,2	50,8	275
Всего							

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Ш. Урманшина



МЕНЮ
26 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							
		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
Итого				6,3	5,2	50,8	275
Всего				6,3	5,2	50,8	275

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Ш. Урманшина

МЕНЮ
26 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							
		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
Итого				6,3	5,2	50,8	275
Обед							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	40	0,6	2,9	4,4	47
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
Итого				34,1	22,1	111,9	784
Всего				40,4	27,3	162,7	1059

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
26 января 2023 г.
ММС 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		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
Итого				9,1	10,1	68,7	402
Всего				9,1	10,1	68,7	402

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
26 января 2023 г.
дети СВО



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
		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
Итого				9,1	10,1	68,7	402
Всего				9,1	10,1	68,7	402

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
26 января 2023 г.
ОВЗ 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		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
Итого				8,4	5,5	64,7	342
Обед							
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
Итого				38,6	23,9	127,1	878
Всего				47	29,4	191,8	1220

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ" _____

Ш. Урманшина

МЕНЮ

26 января 2023 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							
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
Итого				6,3	8,3	51,6	306
Всего				6,3	8,3	51,6	306

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Ш. Урманшина

МЕНЮ
26 января 2023 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							
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
Итого				3,8	4,2	28,2	166
II Завтрак							
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,3	29
Итого						7,3	29
Обед							
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	9	11,4	4,9	158
2011	306	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	150	16,8	4,9	35	251
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				31,7	21,4	88,5	674
Полдник							
		САЛАТ "ШКОЛЬНЫЙ"	40	0,6	2,9	2,7	40
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	4,5	21,4	139
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,1	7,6	47,6	284
Всего				41,6	33,2	171,7	1153