

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ
27 января 2023 г.

Начальные классы 7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,4	4,4	7,5	77
		ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100				
2011	175	КАША ЖИДКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	4,6	3,3	34,9	188
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,3	7,9	66,9	374
Всего				8,3	7,9	66,9	374

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Ш. Урманшина

МЕНЮ
27 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							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	1	2,9	4,9	51
		ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100				
2011	175	КАША ЖИДКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	180	5,4	4,1	41,8	225
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,7	7,2	71,2	385
Всего				8,7	7,2	71,2	385

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Ш. Урманшина



МЕНЮ
27 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							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	1	2,9	4,9	51
		ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100				
2011	175	КАША ЖИДКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	180	5,4	4,1	41,8	225
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,7	7,2	71,2	385
Всего				8,7	7,2	71,2	385

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

27 января 2023 г.

ОВЗ 7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,4	4,4	7,5	77
		ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100				
2011	175	КАША ЖИДКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	4,6	3,3	34,9	188
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,3	7,9	66,9	374
Обед							
2021	54-3с	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2	4,6	13,7	105
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	229	РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10,1	4,5	4	97
2011	203	ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	150		4		36
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,7	14,4	69	475
Всего				25	22,3	135,9	849

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Ш. Урманшина



МЕНЮ
27 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							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,4	4,4	7,5	77
		ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100				
2011	175	КАША ЖИДКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	4,6	3,3	34,9	188
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,3	7,9	66,9	374
Всего				8,3	7,9	66,9	374

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
27 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,7	4,6	30,9	183
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7	4,8	55,4	292
II Завтрак							
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	8,9	37
Итого				0,1	0,1	8,9	37
Обед							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	1	2,9	4,9	51
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,4	3,1	9,8	74
2011	229	РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	6	3,2	3,5	67
2011	203	ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	150		3,2		29
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,7	12,6	41,7	326
Полдник							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37
2018	207	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,1	4,2	20,8	133
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,4	8,5	44,3	275
Всего				23,2	26	150,3	930

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ
27 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							
2011	229	РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	6	3,2	3,5	67
2011	175	КАША ЖИДКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	4,6	3,3	34,9	188
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				12,9	6,7	62,9	364
Всего				12,9	6,7	62,9	364

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

И.И. Хорманшина

МЕНЮ
27 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							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	1	2,9	4,9	51
		ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100				
2011	175	КАША ЖИДКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	180	5,4	4,1	41,8	225
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,7	7,2	71,2	385
Обед							
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,3	5,3	16,4	122
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	229	РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10	5,4	5,7	112
2011	203	ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	185		3,6		33
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				16,9	15,6	63,3	464
Всего				25,6	22,8	134,5	849