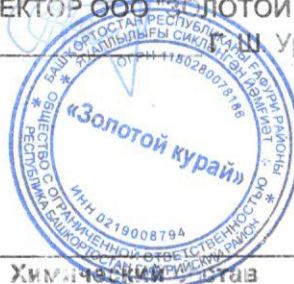


СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"  
\_\_\_\_\_ Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
31 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	
<b>Завтрак</b>							
2011	120	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	150	2,1	3,3	4,3	56
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>4,4</b>	<b>3,5</b>	<b>27,8</b>	<b>161</b>
<b>II Завтрак</b>							
		СОК ФРУКТОВЫЙ	150				
<b>Итого</b>							
<b>Обед</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	40	0,6	3	4,5	49
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,2	2,9	7,8	63
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	10,5	13,9	44,9	348
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>15</b>	<b>20</b>	<b>80,7</b>	<b>565</b>
<b>Полдник</b>							
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,7	4,2	19,9	132
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,0	22,2	125
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>8,3</b>	<b>7,3</b>	<b>65,7</b>	<b>362</b>
<b>Всего</b>				<b>27,7</b>	<b>30,8</b>	<b>174,2</b>	<b>1088</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

\_\_\_\_\_ Ш. Урманшина



**МЕНЮ**  
31 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	
<b>Завтрак</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	80	1,3	6,1	9	97
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	15,5	16,1	37,4	356
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2,2	2,8	21,6	121
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
<b>Итого</b>				<b>22,1</b>	<b>25,2</b>	<b>97,4</b>	<b>706</b>
<b>Всего</b>				<b>22,1</b>	<b>25,2</b>	<b>97,4</b>	<b>706</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. В. Урманшина



**МЕНЮ**  
31 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	
<b>Завтрак</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	80	1,3	6,1	9	97
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	15,5	16,1	37,4	356
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2,2	2,8	21,6	121
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
<b>Итого</b>				<b>22,1</b>	<b>25,2</b>	<b>97,4</b>	<b>706</b>
<b>Всего</b>				<b>22,1</b>	<b>25,2</b>	<b>97,4</b>	<b>706</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г.Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
31 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	
<b>Завтрак</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	80	1,3	6,1	9	97
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	15,5	16,1	37,4	356
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2,2	2,8	21,6	121
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
<b>Итого</b>				<b>22,1</b>	<b>25,2</b>	<b>97,4</b>	<b>706</b>
<b>Обед</b>							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	2	5	42
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2	5	12,8	105
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,8	18,1	40,8	378
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
<b>Итого</b>				<b>20</b>	<b>26,4</b>	<b>109,9</b>	<b>762</b>
<b>Всего</b>				<b>42,1</b>	<b>51,6</b>	<b>207,3</b>	<b>1468</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

\_\_\_\_\_ Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
31 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	
<b>Завтрак</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	100	1,5	7,7	11,3	122
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	180	18,4	19,3	45	429
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2,2	2,6	21,6	121
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
<b>Итого</b>				<b>25,2</b>	<b>30</b>	<b>107,3</b>	<b>804</b>
<b>Всего</b>				<b>25,2</b>	<b>30</b>	<b>107,3</b>	<b>804</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
31 января 2023 г.  
СВО 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	100	1,5	7,7	11,3	122
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	180	18,4	19,3	45	429
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2,2	2,8	21,6	121
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
<b>Итого</b>				<b>25,2</b>	<b>30</b>	<b>107,3</b>	<b>804</b>
<b>Всего</b>				<b>25,2</b>	<b>30</b>	<b>107,3</b>	<b>804</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
31 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	
<b>Завтрак</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	100	1,5	7,7	11,3	122
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	180	18,4	19,3	45	429
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2,2	2,8	21,6	121
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
<b>Итого</b>				<b>25,2</b>	<b>30</b>	<b>107,3</b>	<b>804</b>
<b>Обед</b>							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	1,3	4,2	9,9	84
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300	2,4	5,9	15,3	126
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	11,8	14,7	44,9	358
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	11,6	49
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,6	0,2	17,1	80
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>20,5</b>	<b>26,1</b>	<b>113,8</b>	<b>776</b>
<b>Всего</b>				<b>45,7</b>	<b>56,1</b>	<b>221,1</b>	<b>1580</b>

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"  
\_\_\_\_\_ Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
31 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	
<b>Завтрак</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	60	0,9	4,6	6,9	73
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	14,7	15,4	37,4	347
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>17,9</b>	<b>20,2</b>	<b>68,8</b>	<b>529</b>
<b>Всего</b>				<b>17,9</b>	<b>20,2</b>	<b>68,8</b>	<b>529</b>