

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
9 марта 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>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6	4	3,2	52
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5	21,4	143
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>6,1</b>	<b>9,2</b>	<b>49,1</b>	<b>304</b>
<b>Всего</b>				<b>6,1</b>	<b>9,2</b>	<b>49,1</b>	<b>304</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Ш. Урманшина

**МЕНЮ**

9 марта 2023 г.

Детский сад 3-7 лет



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, 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>							
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,3	29
<b>Итого</b>						<b>7,3</b>	<b>29</b>
<b>Обед</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	40	0,6	3	4,5	49
2021	54-3с	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2	4,6	13,7	105
2011	229	РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	60	6	3,2	3,5	67
2011	203	ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	150	5,6	4,7	36,3	210
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>16,5</b>	<b>15,7</b>	<b>81,5</b>	<b>536</b>
<b>Полдник</b>							
		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
<b>Итого</b>				<b>6,1</b>	<b>7,6</b>	<b>47,6</b>	<b>284</b>
<b>Всего</b>				<b>26,4</b>	<b>27,5</b>	<b>164,6</b>	<b>1015</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
9 марта 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>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1	6,1	4,6	77
		ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,5	2,9	2,2	37
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
<b>Итого</b>				<b>7,8</b>	<b>14,2</b>	<b>57,6</b>	<b>389</b>
<b>Обед</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	60	0,9	4,4	6,8	71
2021	54-3с	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,4	5,9	16,9	132
		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	5,6	4,7	36,3	210
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>23,6</b>	<b>20,8</b>	<b>115,3</b>	<b>747</b>
<b>Всего</b>				<b>31,4</b>	<b>35</b>	<b>172,9</b>	<b>1136</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
9 марта 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	
<b>Завтрак</b>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6	4	3,2	52
		ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,5	2,9	2,2	37
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5	21,4	143
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>6,6</b>	<b>12,1</b>	<b>51,3</b>	<b>341</b>
<b>Обед</b>							
2018	51	МАРИНАД ОВОЩНОЙ	60	0,9	4,4	6,8	71
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	5,6	4,7	36,3	210
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>23,2</b>	<b>19,5</b>	<b>112,1</b>	<b>720</b>
<b>Всего</b>				<b>29,8</b>	<b>31,6</b>	<b>163,4</b>	<b>1061</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
9 марта 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>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1	6,1	4,6	77	
		ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,5	2,9	2,2	37	
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	
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>					<b>7,8</b>	<b>14,2</b>	<b>57,6</b>	<b>389</b>
					<b>7,8</b>	<b>14,2</b>	<b>57,6</b>	<b>389</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
9 марта 2023 г.  
ММС 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1	6,1	4,6	77	
		ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,5	2,9	2,2	37	
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	
<b>Итого</b>								
<b>Всего</b>					<b>7,8</b>	<b>14,2</b>	<b>57,6</b>	<b>389</b>
					<b>7,8</b>	<b>14,2</b>	<b>57,6</b>	<b>389</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

*Г. Ш. Урманшина*  
Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
9 марта 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>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6	4	3,2	52	
		ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,5	2,9	2,2	37	
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5	21,4	143	
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>6,6</b>	<b>12,1</b>	<b>51,3</b>	<b>341</b>
<b>Всего</b>					<b>6,6</b>	<b>12,1</b>	<b>51,3</b>	<b>341</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
9 марта 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>								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6	4	3,2	52	
		ШНИЦЕЛЬ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,5	2,9	2,2	37	
2011	312	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5	21,4	143	
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>Всего</b>					<b>6,6</b>	<b>12,1</b>	<b>51,3</b>	<b>341</b>
				<b>6,6</b>	<b>12,1</b>	<b>51,3</b>	<b>341</b>	



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845716

Владелец Насыров Ринат Зуфарович

Действителен с 21.11.2022 по 21.11.2023