

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
14 марта 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 | | | | | | | |
| 2018 | 51 | МАРИНАД ОВОЩНОЙ | 40 | 0,6 | 3 | 4,5 | 49 |
| 2018 | 143 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 150 | 9,8 | 13,9 | 20,8 | 248 |
| 2018 | 300 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 9,9 | 40 |
| 2011 | 338 | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 46 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 |
| Итого | | | | 13,1 | 17,5 | 59,3 | 452 |
| Всего | | | | 13,1 | 17,5 | 59,3 | 452 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
14 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 | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2018 | 51 | МАРИНАД ОВОЩНОЙ | | | | | |
| 2018 | 143 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 40 | 0,6 | 3 | 4,5 | 49 |
| 2018 | 300 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 9,8 | 13,9 | 20,8 | 248 |
| 2011 | 338 | ЯБЛОКО | 200 | 0,1 | | 9,9 | 40 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 46 |
| | | | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 |
| Итого | | | | 13,1 | 17,5 | 59,3 | 452 |
| Всего | | | | 13,1 | 17,5 | 59,3 | 452 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
14 марта 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 | | | | | | | |
| 2018 | 51 | МАРИНАД ОВОЩНОЙ | 60 | 0,9 | 4,6 | 6,9 | 73 |
| 2018 | 143 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 150 | 9,8 | 13,9 | 20,8 | 248 |
| 2018 | 300 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 9,9 | 40 |
| 2011 | 338 | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 46 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 |
| Итого | | | | 14,2 | 19,1 | 66,6 | 499 |
| Всего | | | | 14,2 | 19,1 | 66,6 | 499 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
14 марта 2023 г.
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 | | | | | | | |
| 2018 | 51 | МАРИНАД ОВОЩНОЙ | | | | | |
| 2018 | 143 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 60 | 0,9 | 4,6 | 6,9 | 73 |
| 2018 | 300 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 9,8 | 13,9 | 20,8 | 248 |
| 2011 | 338 | ЯБЛОКО | 200 | 0,1 | | 9,9 | 40 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 46 |
| Итого | | | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 |
| Всего | | | | 14,2 | 19,1 | 66,6 | 499 |
| | | | | 14,2 | 19,1 | 66,6 | 499 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
14 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 | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2018 | 51 | МАРИНАД ОВОЩНОЙ | 40 | 0,6 | 3 | 4,5 | 49 |
| 2018 | 143 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 150 | 9,8 | 13,9 | 20,8 | 248 |
| 2018 | 300 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 9,9 | 40 |
| 2011 | 338 | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 46 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 |
| Итого | | | | 13,1 | 17,5 | 59,3 | 452 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 40 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 60 | 1,9 | 6,8 | 6,4 | 95 |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ | 250 | 3,9 | 2,8 | 20 | 121 |
| 2011 | 291 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ | 150 | 16,3 | 16,6 | 37,1 | 363 |
| 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 | | | | 26,6 | 26,7 | 114,6 | 806 |
| Всего | | | | 39,7 | 44,2 | 173,9 | 1258 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
14 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 | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2018 | 51 | МАРИНАД ОВОЩНОЙ | 60 | 0,9 | 4,6 | 6,9 | 73 |
| 2018 | 143 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 150 | 9,8 | 13,9 | 20,8 | 248 |
| 2018 | 300 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 9,9 | 40 |
| 2011 | 338 | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 46 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 |
| Итого | | | | 14,2 | 19,1 | 66,6 | 499 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 40 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 80 | 2,5 | 9,1 | 8,6 | 126 |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ | 270 | 4,2 | 3 | 21,6 | 131 |
| 2011 | 291 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ | 180 | 17,8 | 18,2 | 44,6 | 415 |
| 2018 | 309 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 200 | 0,1 | 0,1 | 21,9 | 89 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3 | 0,2 | 19,5 | 92 |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 |
| Итого | | | | 29,8 | 30,8 | 130,8 | 922 |
| Всего | | | | 44 | 49,9 | 197,4 | 1421 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
14 марта 2023 г.

Родительская плата 12-18 лет



| Сбор-ник рецеп-тов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге-тическая ценность, ккал |
|--------------------|---------------|---------------------|-------|-------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2018 | 51 | МАРИНАД ОВОЩНОЙ | 40 | 0,6 | 3 | 4,5 | 49 |
| 2018 | 143 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 150 | 9,8 | 13,9 | 20,8 | 248 |
| 2018 | 300 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,1 | | 9,9 | 40 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 |
| Итого | | | | 12,7 | 17,1 | 49,8 | 406 |
| Всего | | | | 12,7 | 17,1 | 49,8 | 406 |

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
14 марта 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 | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 5,7 | 5 | 30 | 187 |
| 2018 | 300 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 8,9 | 36 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 |
| Итого | | | | 8 | 5,2 | 53,5 | 292 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| | | СОК ФРУКТОВЫЙ | 150 | | | | |
| Итого | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ | 200 | 3,1 | 2,2 | 16 | 97 |
| 2011 | 291 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ | 150 | 15,5 | 15,8 | 37,1 | 353 |
| 2018 | 300 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 8,9 | 36 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 |
| Итого | | | | 20,9 | 18,2 | 76,6 | 555 |
| 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 | | | | 34,3 | 31,9 | 174,4 | 1122 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845716

Владелец Насыров Ринат Зуфарович

Действителен с 21.11.2022 по 21.11.2023