

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
21 марта 2023 г.
Детский сад 3-7 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
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	4,4	44,3	238
II Завтрак							
		СОК ФРУКТОВЫЙ	150				
Итого							
Обед							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	1,1	3	8,2	64
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	150	5,1	3,3	22,2	140
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	15,6	16,1	37,4	357
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				24,1	22,6	91,3	666
Полдник							
2011	14	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С ЯБЛОКОМ	150	4,1	5,4	19,2	142
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,4	9,7	42,7	284
Всего				35,9	36,7	178,3	1188

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
21 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							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,2	6,1	4,7	82
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,4	2,2	2,7	33
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,1	4,9	51,7	283
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				13	13,4	83,6	507
Обед							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	80	1,5	4	11	86
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	270	7,9	5,5	33,4	214
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				32,5	28,2	145	965
Всего				45,5	41,6	228,6	1472

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
21 марта 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							
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,6	2	24
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,7	4	43,1	236
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				9,3	5,8	69,6	369
Всего				9,3	5,8	69,6	369

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

21 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							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,4	4,1	3,1	55
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,6	2	24
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,7	4	43,1	236
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,7	9,9	72,7	424
Всего				10,7	9,9	72,7	424

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
21 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							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,4	4,1	3,1	55
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,6	2	24
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,7	4	43,1	236
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,7	9,9	72,7	424
Всего				10,7	9,9	72,7	424

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
21 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							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,2	6,1	4,7	82
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,4	2,2	2,7	33
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,1	4,9	51,7	283
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				13,8	13,4	88,5	530
Всего				13,8	13,4	88,5	530

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
21 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							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,2	6,1	4,7	82
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,4	2,2	2,7	33
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	8,1	4,9	51,7	283
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				13,8	13,4	88,5	530
Всего				13,8	13,4	88,5	530

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845716

Владелец Насыров Ринат Зуфарович

Действителен с 21.11.2022 по 21.11.2023