

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 мая 2023г.

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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	2,9	4,3	47
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	11,7	13,2	2	174
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				21,4	20,3	73,9	566
Всего				21,4	20,3	73,9	566

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 мая 2023г.
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	2,9	4,3	47
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	11,7	13,2	2	174
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				21,4	20,3	73,9	566
Всего				21,4	20,3	73,9	566

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ" _____

Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 мая 2023г.
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,1	4,4	6,6	70	
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183	
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								
Всего					24,1	23,3	90,4	668
				24,1	23,3	90,4	668	

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 мая 2023г.
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,1	4,4	6,6	70
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
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							
				24,1	23,3	90,4	668
Всего				24,1	23,3	90,4	668

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 мая 2023г.
ОВЗ 7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	2,9	4,3	47
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	11,7	13,2	2	174
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				21,4	20,3	73,9	566
Обед							
2011	54	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3,1	6,8	58
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	200	5,7	3,9	24,7	158
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	10,2	11,5	2,6	156
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		3,2		29
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				21	22,1	63,3	539
Всего				42,4	42,4	137,2	1105

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ" _____



МЕНЮ
10 мая 2023г.
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	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,1	4,4	6,6	70
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
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				24,1	23,3	90,4	668
Обед							
2011	54	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3,1	6,8	58
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	250	7,3	5,1	30,9	198
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	10,3	12	3,4	166
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		3,2		29
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				22,7	23,8	70,3	589
Всего				46,8	47,1	160,7	1257

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г.Ш. Урманшина

МЕНЮ
10 мая 2023г.

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 КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	11,7	13,2	2	174
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		3,2		29
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				14	16,6	26,5	312
Всего				14	16,6	26,5	312

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

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

МЕНЮ
10 мая 2023г.
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	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7	4,8	54,4	288
II Завтрак							
2011	338	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,4	0,4	9,5	46
Обед							
2011	54	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3,1	6,8	58
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	150	4,6	3,3	18,4	122
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60	8,9	9,9	3,8	141
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150		3,2		29
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				17,3	19,7	57,4	478
Полдник							
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	150	8,2	6,9	37,4	245
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,5	7,1	60,9	350
Всего				35,2	32	182,2	1162