

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"  
Ш. Урманшина



**МЕНЮ**  
**на 7 сентября 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	
<b>Завтрак</b>							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,1	0,1	1,1	7,2
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,6	14,2	177,6
2018	227	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160	0,9	8,3	33,9	225,7
2018	300	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	180	0,0	0,0	0,0	0,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>16,1</b>	<b>15,2</b>	<b>63,8</b>	<b>479,4</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

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



**МЕНЮ**  
**на 7 сентября 2023 г.**  
**ММС МЛАДШИЕ 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		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,1	0,1	1,1	7,2
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,6	14,2	177,6
2018	227	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160	0,9	8,3	33,9	225,7
2018	300	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	180	0,0	0,0	0,0	0,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>16,1</b>	<b>15,2</b>	<b>63,8</b>	<b>479,4</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
на 7 сентября 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		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,1	0,1	1,1	7,2
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,6	14,2	177,6
2018	227	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160	0,9	8,3	33,9	225,7
2018	300	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	180	0,0	0,0	0,0	0,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>16,1</b>	<b>15,2</b>	<b>63,8</b>	<b>479,4</b>
<b>Обед</b>							
2011	45	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	4,8	4,7	18,9	187,5
2008	106	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60	15,4	12,9	27,7	198,0
2011	291	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	0,0	8,6	30,2	246,2
2018	309	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>23,3</b>	<b>26,4</b>	<b>106,1</b>	<b>763,3</b>
<b>Всего</b>				<b>39,4</b>	<b>41,6</b>	<b>169,9</b>	<b>1 242,7</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

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



**МЕНЮ**  
**на 7 сентября 2023 г.**  
**ММС СТАРШИЕ 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		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	40	0,4	0,1	1,5	9,7
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,6	14,2	177,6
2018	227	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	1,8	10,8	37,7	270,8
2018	300	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	0,0	0,0	11,6	47,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
		<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>17,3</b>	<b>17,7</b>	<b>79,6</b>	<b>574,0</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



**МЕНЮ**

на 7 сентября 2023 г.  
**ДЕТИ СВО СТАРШИЕ 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		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	40	0,4	0,1	1,5	9,7
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,6	14,2	177,6
2018	227	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	1,8	10,8	37,7	270,8
2018	300	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	0,0	0,0	11,6	47,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
		<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>17,3</b>	<b>17,7</b>	<b>79,6</b>	<b>574,0</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

на 7 сентября 2023 г.  
ОВЗ СТАРШИЕ 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		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	40	0,4	0,1	1,5	9,7
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	12,9	6,6	14,2	177,6
2018	227	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	1,8	10,8	37,7	270,8
2018	300	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	0,0	0,0	11,6	47,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>17,3</b>	<b>17,7</b>	<b>79,6</b>	<b>574,0</b>
<b>Обед</b>							
2011	45	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	300	5,8	5,6	22,7	225,0
2008	106	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	70	18,0	15,1	32,3	231,0
2011	291	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	0,0	10,3	36,2	295,2
2018	309	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9
<b>Итого</b>			<b>800</b>	<b>27,6</b>	<b>31,3</b>	<b>125,3</b>	<b>905,8</b>
<b>Всего</b>				<b>44,9</b>	<b>49,0</b>	<b>204,9</b>	<b>1 479,8</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



**МЕНЮ**  
7 сентября 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>							
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,1	11	45,9	309
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>9,4</b>	<b>11,2</b>	<b>70,4</b>	<b>418</b>
<b>II Завтрак</b>							
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150				
<b>Итого</b>							
<b>Обед</b>							
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,7	11,3	7,1	141
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	1,7	19,5	10,1	224
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	0,1	8,1	0,1	73
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>5,8</b>	<b>39,1</b>	<b>41,8</b>	<b>547</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,3	0,1	1,1	7
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	6,1	9,7	27,6	221
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>8,7</b>	<b>10</b>	<b>53,2</b>	<b>337</b>
<b>Всего</b>				<b>23,9</b>	<b>60,3</b>	<b>165,4</b>	<b>1302</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**

7 сентября 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>							
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	1,7	19,5	10,3	224
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160	7,4	10	33	250
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>11,4</b>	<b>29,7</b>	<b>67,8</b>	<b>583</b>
<b>Всего</b>				<b>11,4</b>	<b>29,7</b>	<b>67,8</b>	<b>583</b>