

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО «ЗОЛОТОЙ КУРАЙ»

Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
4 сентября 2023 г.  
ММС МЛ 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	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	0,0	8,6	30,2	246,2
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>15,3</b>	<b>15,5</b>	<b>69,9</b>	<b>539,6</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
4 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	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	0,0	8,6	30,2	246,2
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>15,3</b>	<b>15,5</b>	<b>69,9</b>	<b>539,6</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «ЗОЛОТОЙ КУРАЙ»

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
4 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	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	0,0	8,6	30,2	246,2
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>15,3</b>	<b>15,5</b>	<b>69,9</b>	<b>539,6</b>
<b>Обед</b>							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,9	2,0	7,1	33,4
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	5,8	5,2	15,7	109,6
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	180	13,4	15,5	34,5	435,3
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	19,7	38,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>23,1</b>	<b>22,9</b>	<b>96,5</b>	<b>708,9</b>
<b>Всего</b>				<b>38,4</b>	<b>38,4</b>	<b>166,4</b>	<b>1 248,5</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



**МЕНЮ**  
4 сентября 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		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	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	0,0	12,4	41,3	295,4
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>15,6</b>	<b>19,3</b>	<b>81,4</b>	<b>591,3</b>
<b>Обед</b>							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,4	3,0	12,7	50,1
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	300	7,0	6,2	19,8	131,5
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	200	14,9	17,2	39,3	483,3
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	19,7	38,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
<b>Итого</b>			<b>800</b>	<b>26,3</b>	<b>26,6</b>	<b>111,0</b>	<b>795,5</b>
<b>Всего</b>				<b>41,9</b>	<b>45,9</b>	<b>192,4</b>	<b>1 386,8</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



**МЕНЮ**  
4 сентября 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		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	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	0,0	12,4	41,3	295,4
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>15,6</b>	<b>19,3</b>	<b>81,4</b>	<b>591,3</b>
<b>Обед</b>							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,4	3,0	12,7	50,1
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	300	7,0	6,2	19,8	131,5
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	200	14,9	17,2	39,3	483,3
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	19,7	38,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
<b>Итого</b>			<b>800</b>	<b>26,3</b>	<b>26,6</b>	<b>111,0</b>	<b>795,5</b>
<b>Всего</b>				<b>41,9</b>	<b>45,9</b>	<b>192,4</b>	<b>1 386,8</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



**МЕНЮ**  
4 сентября 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		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	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	0,0	12,4	41,3	295,4
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>15,6</b>	<b>19,3</b>	<b>81,4</b>	<b>591,3</b>
<b>Обед</b>							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,4	3,0	12,7	50,1
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	300	7,0	6,2	19,8	131,5
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	200	14,9	17,2	39,3	483,3
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	19,7	38,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
<b>Итого</b>			<b>800</b>	<b>26,3</b>	<b>26,6</b>	<b>111,0</b>	<b>795,5</b>
<b>Всего</b>				<b>41,9</b>	<b>45,9</b>	<b>192,4</b>	<b>1 386,8</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «ЗОЛОТОЙ КУРАЙ»

Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
4 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ					
			150	3,6	9,9	25,8	204
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>5,9</b>	<b>10,1</b>	<b>50,3</b>	<b>313</b>
<b>II Завтрак</b>							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА					
			160			25,1	101
<b>Итого</b>						<b>25,1</b>	<b>101</b>
<b>Обед</b>							
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ					
			230	6,3	12,7	8,5	172
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ					
			150	16,9	28,1	40,2	481
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ					
			180			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ					
			30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>25,4</b>	<b>41</b>	<b>73</b>	<b>761</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ					
			29	0,3	0,1	1,1	7
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ					
			135	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>2,7</b>	<b>8,4</b>	<b>25,7</b>	<b>189</b>
<b>Всего</b>				<b>34</b>	<b>59,5</b>	<b>174,1</b>	<b>1364</b>

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_



**МЕНЮ**  
4 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	12,9	6,6	14,2	177,6
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	0,0	12,4	41,3	295,4
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>				<b>15,2</b>	<b>19,2</b>	<b>79,9</b>	<b>581,6</b>
<b>Всего</b>				<b>17,5</b>	<b>31,8</b>	<b>145,6</b>	<b>985,6</b>