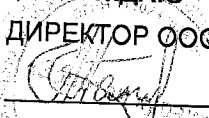


СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

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

**МЕНЮ**  
на 29 сентября 2023 г.  
**НАЧАЛЬНЫЕ КЛАССЫ 7-11 лет**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда           | Выход      | Химический состав |             |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|------------------------------|------------|-------------------|-------------|------------------|--|
|                               |                  |                              |            | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-<br>воды, г |  |
| <b>Завтрак</b>                |                  |                              |            |                   |             |                  |  |
| 2008                          |                  | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150        | 6,1               | 9,1         | 34,6             | 231,5                                    |
|                               |                  | ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ  | 150        | 3,0               | 2,3         | 4,5              | 72,0                                     |
| 2018                          | 227              | КАКАО С МОЛОКОМ              | 200        | 4,3               | 4,1         | 12,4             | 99,0                                     |
| 2018                          | 300              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 30         | 2,2               | 0,2         | 14,6             | 68,9                                     |
| <b>Итого</b>                  |                  |                              | <b>530</b> | <b>15,6</b>       | <b>15,7</b> | <b>66,1</b>      | <b>471,4</b>                             |

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
на 29 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               |               | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150        | 6,1               | 9,1         | 34,6         | 231,5                          |
|                    |               | ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ  | 150        | 3,0               | 2,3         | 4,5          | 72,0                           |
| 2018               | 227           | КАКАО С МОЛОКОМ              | 200        | 4,3               | 4,1         | 12,4         | 99,0                           |
| 2018               | 300           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 30         | 2,2               | 0,2         | 14,6         | 68,9                           |
| <b>Итого</b>       |               |                              | <b>530</b> | <b>15,6</b>       | <b>15,7</b> | <b>66,1</b>  | <b>471,4</b>                   |

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
на 29 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               |               | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ             | 150        | 6,1               | 9,1         | 34,6         | 231,5                          |
|                    |               | ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ              | 150        | 3,0               | 2,3         | 4,5          | 72,0                           |
| 2018               | 227           | КАКАО С МОЛОКОМ                          | 200        | 4,3               | 4,1         | 12,4         | 99,0                           |
| 2018               | 300           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 30         | 2,2               | 0,2         | 14,6         | 68,9                           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>530</b> | <b>15,6</b>       | <b>15,7</b> | <b>66,1</b>  | <b>471,4</b>                   |
| <b>Обед</b>        |               |  |            |                   |             |              |                                |
| 2011               | 45            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ              | 250        | 5,0               | 3,0         | 34,6         | 185,2                          |
| 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>700</b> | <b>23,5</b>       | <b>24,7</b> | <b>121,8</b> | <b>761</b>                     |
| <b>Всего</b>       |               |  |            | <b>39,1</b>       | <b>40,4</b> | <b>187,9</b> | <b>1 232,4</b>                 |

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
на 29 сентября 2023 г.  
ММС СТАРШИЕ 12-18 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда           | Выход      | Химический состав |             |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|------------------------------|------------|-------------------|-------------|------------------|--|
|                               |                  |                              |            | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-<br>воды, г |  |
| <b>Завтрак</b>                |                  |                              |            |                   |             |                  |  |
| 2008                          |                  | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 180        | 8,1               | 12,1        | 39,6             | 261,5                                    |
|                               |                  | ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ  | 150        | 3,0               | 2,3         | 4,5              | 72,0                                     |
| 2018                          | 227              | КАКАО С МОЛОКОМ              | 200        | 4,3               | 4,1         | 14,4             | 127,0                                    |
| 2018                          | 300              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 30         | 2,2               | 0,2         | 14,6             | 68,9                                     |
| <b>Итого</b>                  |                  |                              | <b>560</b> | <b>17,6</b>       | <b>18,7</b> | <b>73,1</b>      | <b>529,4</b>                             |

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
на 29 сентября 2023 г.  
ДЕТИ 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 |                                |
| <b>Завтрак</b>     |               |                              |            |                   |             |              |                                |
| 2008               |               | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 180        | 8,1               | 12,1        | 39,6         | 261,5                          |
|                    |               | ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ  | 150        | 3,0               | 2,3         | 4,5          | 72,0                           |
| 2018               | 227           | КАКАО С МОЛОКОМ              | 200        | 4,3               | 4,1         | 14,4         | 127,0                          |
| 2018               | 300           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 30         | 2,2               | 0,2         | 14,6         | 68,9                           |
| <b>Итого</b>       |               |                              | <b>560</b> | <b>17,6</b>       | <b>18,7</b> | <b>73,1</b>  | <b>529,4</b>                   |

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
на 29 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               |               | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ             | 180        | 8,1               | 12,1        | 39,6         | 261,5                          |
|                    |               | ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ              | 150        | 3,0               | 2,3         | 4,5          | 72,0                           |
| 2018               | 227           | КАКАО С МОЛОКОМ                          | 200        | 4,3               | 4,1         | 14,4         | 127,0                          |
| 2018               | 300           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                           | 30         | 2,2               | 0,2         | 14,6         | 68,9                           |
| <b>Итого</b>       |               |  | <b>560</b> | <b>17,6</b>       | <b>18,7</b> | <b>73,1</b>  | <b>529,4</b>                   |
| <b>Обед</b>        |               |  |            |                   |             |              |                                |
| 2011               | 45            | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ              | 300        | 6,0               | 3,6         | 41,5         | 222,2                          |
| 2008               | 106           | МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 80         | 20,5              | 15,5        | 33,2         | 237,6                          |
| 2011               | 291           | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ              | 180        | 0,0               | 9,6         | 33,6         | 273,6                          |
| 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>800</b> | <b>29,6</b>       | <b>28,9</b> | <b>137,6</b> | <b>865</b>                     |
| <b>Всего</b>       |               |  |            | <b>47,2</b>       | <b>47,6</b> | <b>210,7</b> | <b>1 394,4</b>                 |

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
29 сентября 2023 г.  
Детский сад 3-7 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда                       | Выход | Химический состав |             |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|--|-------|-------------------|-------------|------------------|--|
|                               |                  |  |       | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-<br>воды, г |  |
| <b>Завтрак</b>                |                  |  |       |                   |             |                  |  |
| 2018                          | 207              | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ             | 150   | 4,3               | 10,1        | 40,5             | 268                                      |
| 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>6,6</b>        | <b>10,3</b> | <b>65</b>        | <b>377</b>                               |
| <b>II Завтрак</b>             |                  |  |       |                   |             |                  |  |
| 2008                          |                  | ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ             | 30    | 2,3               | 2,9         | 22,3             | 125                                      |
| 2011                          | 382              | КАКАО С МОЛОКОМ                          | 165   | 3,5               | 2,8         | 12,5             | 90                                       |
| <b>Итого</b>                  |                  |  |       | <b>5,8</b>        | <b>5,7</b>  | <b>34,8</b>      | <b>215</b>                               |
| <b>Обед</b>                   |                  |  |       |                   |             |                  |  |
| 2012                          | 79               | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ              | 200   | 4,3               | 10,1        | 29,6             | 227                                      |
| 2011                          | 290              | МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 65    | 10,1              | 17,9        | 11,1             | 247                                      |
| 2018                          | 227              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ              | 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>16,8</b>       | <b>36,3</b> | <b>65,3</b>      | <b>656</b>                               |
| <b>Полдник</b>                |                  |  |       |                   |             |                  |  |
| 2011                          | 399              | БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ             | 160   | 12,3              | 24,2        | 49,7             | 462                                      |
| 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>14,6</b>       | <b>24,4</b> | <b>74,2</b>      | <b>571</b>                               |
| <b>Всего</b>                  |                  |  |       | <b>43,8</b>       | <b>76,7</b> | <b>239,3</b>     | <b>1819</b>                              |

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**

29 сентября 2023 г.

Родительская плата 12-18 лет

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | № техн.<br>карты | Наименование блюда           | Выход | Химический состав |             |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал |
|-------------------------------|------------------|------------------------------|-------|-------------------|-------------|------------------|--|
|                               |                  |                              |       | Белки, г          | Жиры, г     | Угле-<br>воды, г |  |
| <b>Завтрак</b>                |                  |                              |       |                   |             |                  |  |
| 2018                          | 207              | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150   | 4,3               | 10,1        | 40,5             | 268                                      |
| 2008                          |                  | ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ  | 155   | 3,1               | 2,3         | 4,6              | 74                                       |
| 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>9,7</b>        | <b>12,6</b> | <b>69,6</b>      | <b>451</b>                               |
| <b>Всего</b>                  |                  |                              |       | <b>9,7</b>        | <b>12,6</b> | <b>69,6</b>      | <b>451</b>                               |