

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



**МЕНЮ**

**6 октября 2023 год**

**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 ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	150	6,7	10,1	23,2	179,4
		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	5,0	2,3	4,5	72,0
2018	227	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		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>69,4</b>	<b>485,1</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ «Золотой курай»

6 октября 2023 год

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		КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	150	6,7	10,1	23,2	179,4
		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	5,0	2,3	4,5	72,0
2018	227	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		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>69,4</b>	<b>485,1</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
**6 октября 2023 год**  
**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 ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	150	6,7	10,1	23,2	179,4
		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	5,0	2,3	4,5	72,0
2018	227	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		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>69,4</b>	<b>485,1</b>
<b>Обед</b>							
2011	45	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250	2,1	5,8	20,5	117,5
2008	106	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,5	10,3	4,5	142,5
2011	291	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	150	12,2	8,2	35,0	283,8
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>27,8</b>	<b>24,5</b>	<b>99,2</b>	<b>674,4</b>
<b>Всего</b>				<b>43,1</b>	<b>40,0</b>	<b>168,6</b>	<b>1 159,5</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



**МЕНЮ**  
**6 октября 2023 год**  
**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		КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	150	6,7	10,1	23,2	179,4
		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	5,0	2,3	4,5	72,0
2018	227	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>15,3</b>	<b>15,5</b>	<b>69,4</b>	<b>485,1</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



**МЕНЮ**  
**6 октября 2023 год**  
**ДЕТИ СВО СТАРШЕ 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 ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	150	6,7	10,1	23,2	179,4
		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	5,0	2,3	4,5	72,0
2018	227	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>15,3</b>	<b>15,5</b>	<b>69,4</b>	<b>485,1</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманчина



**МЕНЮ**  
**6 октября 2023 год**  
**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 ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	150	6,7	10,1	23,2	179,4
		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	5,0	2,3	4,5	72,0
2018	227	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,8	39,7
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>15,3</b>	<b>15,5</b>	<b>69,4</b>	<b>485,1</b>
<b>Обед</b>							
2011	45	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	300	2,5	7,0	24,6	141,0
2008	106	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,3	12,0	5,3	166,3
2011	291	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	180	14,2	9,8	42,0	340,6
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	19,7	38,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9
<b>Итого</b>			<b>800</b>	<b>32,7</b>	<b>29,1</b>	<b>115,9</b>	<b>801,5</b>
<b>Всего</b>				<b>48,0</b>	<b>44,6</b>	<b>185,3</b>	<b>1 286,6</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

## МЕНЮ

6 октября 2023 год

### 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>							
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	150	1,7	9,9	12,5	146
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>6,3</b>	<b>13</b>	<b>59,3</b>	<b>380</b>
<b>Всего</b>				<b>6,3</b>	<b>13</b>	<b>59,3</b>	<b>380</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"


 Г.Ш. Урманшина
 

**МЕНЮ**  
6 октября 2023 год  
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>							
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	150	1,7	9,9	12,5	146
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>4</b>	<b>10,1</b>	<b>37</b>	<b>255</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	97	1,9	1,5	2,9	47
<b>Итого</b>				<b>1,9</b>	<b>1,5</b>	<b>2,9</b>	<b>47</b>
<b>Обед</b>							
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,1	10	17,9	170
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	75	11,6	19,5	11,1	268
2011	306	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	155	17,9	9,4	37,3	304
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>33,8</b>	<b>39,1</b>	<b>90,6</b>	<b>850</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
<b>Итого</b>				<b>12,4</b>	<b>24,2</b>	<b>59,6</b>	<b>502</b>
<b>Всего</b>				<b>52,1</b>	<b>74,9</b>	<b>190,1</b>	<b>1654</b>