

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

## МЕНЮ

23 октября 2023 год

Родительская плата 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	1,5	8,3	6,1	103
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	0,1	8,1	0,1	73
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>3,9</b>	<b>16,6</b>	<b>30,7</b>	<b>285</b>
<b>Всего</b>				<b>3,9</b>	<b>16,6</b>	<b>30,7</b>	<b>285</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

## МЕНЮ

23 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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	40	0,3	0,0	1,1	4,2
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	12,9	6,9	18,9	177,6
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	0,0	12,4	41,3	295,4
2018	300	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1	0,0	4,0	21,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>15,5</b>	<b>19,5</b>	<b>79,9</b>	<b>567,1</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	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,8	19,4	50,1	498,1
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
<b>Итого</b>			<b>800</b>	<b>28,3</b>	<b>28,9</b>	<b>124,0</b>	<b>861,0</b>
<b>Всего</b>				<b>43,8</b>	<b>48,4</b>	<b>203,9</b>	<b>1 428,1</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
23 октября 2023 год  
Детский сад 3-7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2018	192	КАША ОСЯНЯЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,2	11,5	30	243
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ				14,6	69
<b>Итого</b>			30	2,2	0,2	14,6	69
				<b>7,5</b>	<b>11,7</b>	<b>54,5</b>	<b>352</b>
<b>II Завтрак</b>							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	160			25,1	101
<b>Итого</b>						25,1	101
<b>Обед</b>							
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	230	6,3	12,7	8,5	172
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	155	12,9	18,4	45,8	400
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ				14,6	69
<b>Итого</b>			30	2,2	0,2	14,6	69
				<b>21,5</b>	<b>31,4</b>	<b>90,8</b>	<b>730</b>
<b>Полдник</b>							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,2		0,8	4
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				14,6	69
<b>Итого</b>			30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Всего</b>				<b>2,6</b>	<b>8,3</b>	<b>25,4</b>	<b>186</b>
				<b>31,6</b>	<b>51,4</b>	<b>195,8</b>	<b>1369</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**

**23 октября 2023 год**

**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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	40	0,3	0,0	1,1	4,2
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	12,9	6,9	18,9	177,6
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	0,0	12,4	41,3	295,4
2018	300	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1	0,0	4,0	21,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
		<b>Итого</b>	<b>550</b>	<b>15,5</b>	<b>19,5</b>	<b>79,9</b>	<b>567,1</b>



СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

23 октября 2023 год

ММС СТАРШИЕ 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	40	0,3	0,0	1,1	4,2
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	12,9	6,9	18,9	177,6
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	0,0	12,4	41,3	295,4
2018	300	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1	0,0	4,0	21,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>15,5</b>	<b>19,5</b>	<b>79,9</b>	<b>567,1</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
**23 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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,2	0,0	0,8	4,2
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	12,9	6,9	18,9	177,6
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	0,0	8,6	30,2	246,2
2018	300	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1	0,0	0,2	1,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>15,4</b>	<b>15,7</b>	<b>64,7</b>	<b>497,9</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
**23 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		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,2	0,0	0,8	4,2
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	12,9	6,9	18,9	177,6
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	0,0	8,6	30,2	246,2
2018	300	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1	0,0	0,2	1,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>15,4</b>	<b>15,7</b>	<b>64,7</b>	<b>497,9</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	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	15,1	17,5	45,1	448,3
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>710</b>	<b>24,1</b>	<b>25,0</b>	<b>104,4</b>	<b>749,6</b>
<b>Всего</b>				<b>39,5</b>	<b>40,7</b>	<b>169,1</b>	<b>1 247,5</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



**МЕНЮ**

**23 октября 2023 год**

**НАЧАЛЬНЫЕ КЛАССЫ 7-11 лет**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,2	0,0	0,8	4,2
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	12,9	6,9	18,9	177,6
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	0,0	8,6	30,2	246,2
2018	300	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1	0,0	0,2	1,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>15,4</b>	<b>15,7</b>	<b>64,7</b>	<b>497,9</b>



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845716

Владелец Насыров Ринат Зуфарович

Действителен с 21.11.2022 по 21.11.2023