

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
13 декабря 2023г.
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	
Завтрак							
2011	293	НАГЕТСЫ	50	12,9	12,9	8,9	204
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	8,7	6,8	39,5	254
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				25,1	20,3	87,3	636

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

_____ Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
13 декабря 2023г.
ММС 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	
Завтрак							
2011	293	НАГЕТСЫ	50	12,9	12,9	8,9	204
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	8,7	6,8	39,5	254
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				25,1	20,3	87,3	636

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ" _____

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
13 декабря 2023г.
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	
Завтрак							
2011	293	НАГЕТСЫ	50	12,9	12,9	8,9	204
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	8,7	6,8	39,5	254
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				25,1	20,3	87,3	636
Обед							
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	80	0,8	3,3	7,3	62
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	300	3,1	3,4	26,1	148
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	8,9	15,4	11,2	217
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				18	22,5	88,4	627
Всего				43,1	42,8	175,7	1263

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

13 декабря 2023г.

НАЧАЛЬНЫЕ КЛАССЫ



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	293	НАГЕТСЫ	50	12,9	12,9	8,9	204
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,3	5,7	32,9	212
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				23,7	19,2	80,7	594

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

13 декабря 2023г.

ММС 7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	293	НАГЕТСЫ	50	12,9	12,9	8,9	204	
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,3	5,7	32,9	212	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40	
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	
Итого				23,7	19,2	80,7	594	

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
13 декабря 2023г.
ОВЗ 7-11 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	293	НАГЕТСЫ	50	12,9	12,9	8,9	204
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,3	5,7	32,9	212
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				23,7	19,2	80,7	594
Обед							
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,3	1,6	3,7	32
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	250	2,6	2,8	21,8	123
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	8,9	15,4	11,2	217
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,2	20,2	75,6	549
Всего				39,9	39,4	156,3	1143

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

13 декабря 2023г.

Родительская плата 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	293	НАГЕТСЫ	50	12,9	12,9	8,9	204
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,3	5,7	32,9	212
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				23,7	19,2	80,7	594
Всего				23,7	19,2	80,7	594

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
13 декабря 2023г.
Детский сад 3-7 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,5	4	20,2	131
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,8	4,2	43,7	236
II Завтрак							
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	150	0,1		0,1	1
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				2,4	2,9	22,4	126
Обед							
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ТОМАТОМ	200	2,2	2,3	17,5	99
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	8,9	15,4	11,2	217
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				13,3	17,9	52	420
Полдник							
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,3	1,6	3,7	32
2011	102	СУП КУБАНСКИЙ	150	7,3	6	15,9	147
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				9,9	7,8	43,1	284
Всего				31,4	32,8	161,2	1066