

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
15 декабря 2023г.  
**НАЧАЛЬНЫЕ КЛАССЫ**

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>							
2018	207	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	5,2	34,6	202
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	12,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>11,9</b>	<b>9,9</b>	<b>66,1</b>	<b>422</b>

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ

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

**МЕНЮ**  
15 декабря 2023г.  
ММС 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>							
2018	207	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	5,2	34,6	202
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	12,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>11,9</b>	<b>9,9</b>	<b>66,1</b>	<b>422</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
15 декабря 2023г.  
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>							
2018	207	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	5,2	34,6	202
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	12,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>11,9</b>	<b>9,9</b>	<b>66,1</b>	<b>422</b>
<b>Обед</b>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6	4	3,2	52
2012	79	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	4	2,3	27,7	148
		КУРИНАЯ ГРУДКА ЗАПЕЧЕННАЯ В СУХАРЯХ	60	15,3	13,6	8,9	219
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	4,8	5,1	37	213
2011	330	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,7	3,4	2,5	51
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>29,9</b>	<b>28,8</b>	<b>118,4</b>	<b>861</b>
<b>Всего</b>				<b>41,8</b>	<b>38,7</b>	<b>184,5</b>	<b>1283</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
15 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	
<b>Завтрак</b>							
2018	207	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	6,2	41,5	242
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	12,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>12,5</b>	<b>10,9</b>	<b>73</b>	<b>462</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
15 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	
<b>Завтрак</b>							
2018	207	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	6,2	41,5	242
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	12,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>12,5</b>	<b>10,9</b>	<b>73</b>	<b>462</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
15 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	
<b>Завтрак</b>							
2018	207	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	6,2	41,5	242
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	12,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>12,5</b>	<b>10,9</b>	<b>73</b>	<b>462</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ" \_\_\_\_\_

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
15 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	
<b>Завтрак</b>							
2018	207	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,8	6,2	41,5	242
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	12,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>12,5</b>	<b>10,9</b>	<b>73</b>	<b>462</b>
<b>Обед</b>							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,6	5	3,8	64
2012	79	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	250	5	3	34,6	185
		КУРИНАЯ ГРУДКА ЗАПЕЧЕННАЯ В СУХАРЯХ	60	15,3	13,6	8,9	219
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	150	4,8	5,1	37	213
2011	330	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,7	3,4	2,5	51
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>30,9</b>	<b>30,5</b>	<b>125,9</b>	<b>910</b>
<b>Всего</b>				<b>43,4</b>	<b>41,4</b>	<b>198,9</b>	<b>1372</b>

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

# МЕНЮ

15 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	
<b>Завтрак</b>							
2018	207	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	5,2	34,6	202
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
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>9,5</b>	<b>7,7</b>	<b>63,6</b>	<b>383</b>
<b>Всего</b>				<b>9,5</b>	<b>7,7</b>	<b>63,6</b>	<b>383</b>



СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ" \_\_\_\_\_

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
15 декабря 2023г.  
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>							
2018	207	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,2	5,2	34,6	202
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>6,5</b>	<b>5,4</b>	<b>58,1</b>	<b>307</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	100	2	1,5	3	48
<b>Итого</b>				<b>2</b>	<b>1,5</b>	<b>3</b>	<b>48</b>
<b>Обед</b>							
2012	79	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	4	2,3	27,7	148
		КУРИНАЯ ГРУДКА ЗАПЕЧЕННАЯ В СУХАРЯХ	50	12,8	11,4	7,5	183
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА"	130	4,2	4,3	32,2	184
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>23,3</b>	<b>18,2</b>	<b>90,9</b>	<b>620</b>
<b>Полдник</b>							
2011	399	БЛИНЧИКИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	120	6,9	9,1	40,5	271
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
<b>Итого</b>				<b>7</b>	<b>9,1</b>	<b>49,4</b>	<b>307</b>
<b>Всего</b>				<b>38,8</b>	<b>34,2</b>	<b>201,4</b>	<b>1282</b>