

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
9 января 2024 г.
Детский сад 3-7 лет



Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	150	4	5,3	24,1	160
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,3	5,5	47,6	265
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО О ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
Итого				2,4	2,9	31,2	161
Обед							
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,9	4,1	13,2	98
		БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	80	0,3	1,2	1,4	17
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,7	3,9	18,4	119
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	19,7	81
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,2	9,5	67,3	384
Полдник							
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	130	1,5	4,4	5,7	69
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ПЛЮШКА НОВОМОСКОВСКАЯ	50	3,9	3,7	27,7	159
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,7	8,3	56,9	333
Всего				23,6	26,2	203	1143

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
9 января 2024 г.
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	54	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	40	0,4	2	4,5	39
2008	106	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ И С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	3,7	6,5	1,1	78
2018	309	КОМПЮТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,4	8,8	42,1	275
Всего				6,4	8,8	42,1	275

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
9 января 2024 г.
ОВЗ 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	54	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	40	0,4	2	4,5	39
2008	106	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ И С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	3,7	6,5	1,1	78
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,7	11,7	64,4	400
Обед							
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	270	2,4	5,6	17,7	132
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (БРОКИРОВАЧНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
		БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,4	2,2	2,7	33
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,7	5,4	25,3	165
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				11,1	14,5	97	567
Всего				19,8	26,2	161,4	967

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
9 января 2024 г.
СВО



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	54	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	40	0,4	2	4,5	39	
2008	106	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ И С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	3,7	6,5	1,1	78	
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89	
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	
Итого					8,7	11,7	64,4	400
Всего					8,7	11,7	64,4	400

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
9 января 2024 г.
ММС 12-18 лет

Сбор-ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле- водные	
Завтрак							
2011	54	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	40	0,4	2	4,5	39
2008	106	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ И С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	3,7	6,5	1,1	78
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,7	11,7	64,4	400
Всего				8,7	11,7	64,4	400

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
9 января 2024 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	
Завтрак							
2011	54	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	40	0,4	2	4,5	39
2008	106	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ И С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	3,7	6,5	1,1	78
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,7	11,7	64,4	400
Обед							
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,9	4,1	13,2	98
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
		БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,4	2,2	2,7	33
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЁ	150	3,1	4,5	21,1	137
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10	12,1	88,3	505
Всего				18,7	23,8	152,7	905

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
9 января 2024 г.
ММС 7-11 лет



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	54	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ					
2008	106	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ И С МЯСОМ ПТИЦЫ	40	0,4	2	4,5	39
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	3,7	6,5	1,1	78
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				8,7	11,7	64,4	400
				8,7	11,7	64,4	400

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
9 января 2024 г.
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		
Завтрак								
2011	54	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	40	0,4	2	4,5	39	
2008	106	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ И С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	3,7	6,5	1,1	78	
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89	
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	
Итого								
Всего					8,7	11,7	64,4	400
					8,7	11,7	64,4	400