

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ

22 января 2024 г.

Начальные классы 7-11 лет



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	1	2,9	4,9	51
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,9	2	26
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		4		36
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				3,6	9	31,4	222
Всего				3,6	9	31,4	222

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
22 января 2024 г.
ММС 7-11 лет



Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	1	2,9	4,9	51
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,9	2	26
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		4		36
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				3,6	9	31,4	222
Всего				3,6	9	31,4	222

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
22 января 2024 г.
ОВЗ 7-11 лет



Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	1	2,9	4,9	51
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,9	2	26
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		4		36
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				3,6	9	31,4	222
Обед							
		САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	40	1,4	4,7	3,4	61
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,3	2,6	10	69
2008	258	ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	150	17	16,2	13,5	267
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			23,2	93
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				24,1	23,9	79,3	628
Всего				27,7	32,9	110,7	850

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
22 января 2024 г.
ММС 12-18 лет



Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	1,2	3,7	6,1	64
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,9	2	26
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		4,9		44
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				3,8	10,7	32,6	243
Всего				3,8	10,7	32,6	243

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
22 января 2024 г.
ОВЗ 12-18 лет



Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	1,2	3,7	6,1	64
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,9	2	26
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		4,9		44
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				3,8	10,7	32,6	243
Обед							
		САЛАТ "СТУДЕНЧЕСКИЙ"	60	2	6,9	5,2	91
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	300	1,7	3,1	11,9	83
2008	258	ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	150	17	16,2	13,5	267
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			23,2	93
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				27,4	26,7	97,6	741
Всего				31,2	37,4	130,2	984

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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



МЕНЮ
22 января 2024 г.
Родительская плата 12-18 лет

Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,9	2	26
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		4		36
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,6	6,1	26,5	171
Всего				2,6	6,1	26,5	171

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

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



Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	150	4,9	7,1	29,7	202
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,2	7,3	53,2	307
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			23,2	93
Итого						23,2	93
Обед							
2011	112	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,1	2,1	8	55
2008	258	ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	150	17	16,2	13,5	267
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				20,4	18,5	45	427
Полдник							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	1,2	3,7	6,1	64
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,5	5,4	36,8	209
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7	9,3	66,4	378
Всего				34,6	35,1	187,8	1205

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
22 января 2024 г.
СВО



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	1,2	3,7	6,1	64
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,9	2	26
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		4,9		44
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				3,8	10,7	32,6	243
Всего				3,8	10,7	32,6	243