

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
18 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							
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ					
2008	310	КУРИЦА ПО-СИЦИЛИЙСКИ	50	0,5	2,4	4,4	43
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	50	8,8	10,5	4,7	149
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	3,5	6,3	36,8	218
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			50	3,7	0,3	24,3	115
Всего				16,6	19,5	80,1	565
				16,6	19,5	80,1	565

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
18 января 2024 г.
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	
Завтрак							
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ					
2008	310	КУРИЦА ПО-СИЦИЛИЙСКИ	50	0,5	2,4	4,4	43
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	50	8,8	10,5	4,7	149
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	3,5	6,3	36,8	218
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			50	3,7	0,3	24,3	115
Всего				16,6	19,5	80,1	565
				16,6	19,5	80,1	565

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
18 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							
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ					
2008	310	КУРИЦА ПО-СИЦИЛИЙСКИ	50	0,5	2,4	4,4	43
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	50	8,8	10,5	4,7	149
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	3,5	6,3	36,8	218
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			50	3,7	0,3	24,3	115
Обед							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6	4	3,2	52
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	1,4	2,5	10,8	72
2011	293	БРИЗОЛЬ	50	10,4	14,6	3,1	184
2011	146	КАРТОФЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ С ПАПРИКОЙ	150	3,7	10,9	29,6	232
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			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				20,6	32,5	97,8	767
				37,2	52	177,9	1332

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
18 января 2024 г.
ММС 12-18 лет



Сбор-ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ					
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	60	0,6	2,9	5,3	51
2008	310	КУРИЦА ПО-СИЦИЛИЙСКИ	180	4,2	7,6	44	261
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	60	10,6	12,5	5,6	179
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			50	3,7	0,3	24,3	115
Всего				19,2	23,3	89,1	646
				19,2	23,3	89,1	646

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
18 января 2024 г.
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							
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ					
2008	310	КУРИЦА ПО-СИЦИЛИЙСКИ	60	0,6	2,9	5,3	51
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	60	10,6	12,5	5,6	179
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	4,2	7,6	44	261
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			50	3,7	0,3	24,3	115
Обед							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	1	6,1	4,6	77
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	270	1,9	3,4	14,4	96
2011	293	БРИЗОЛЬ	50	10,4	14,6	3,1	184
2011	146	КАРТОФЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ С ПАПРИКОЙ	150	3,7	10,9	29,6	232
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				22,3	35,5	107,7	839
Всего				41,5	58,8	196,8	1485

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
18 января 2024 г.
Родительская плата 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							
2008	310	КУРИЦА ПО-СИЦИЛИЙСКИ					
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	60	10,6	12,5	5,6	179
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	3,5	6,3	36,8	218
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				16,4	19	66,9	506
				16,4	19	66,9	506

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
18 января 2024 г.
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	
Завтрак							
201		КАША ВЯЗКАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	4,7	5,2	26	169
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7	5,4	49,5	274
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150			14,4	58
Итого						14,4	58
Обед							
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	1,4	2,5	10,8	72
2011	293	БРИЗОЛЬ	50	10,4	14,6	3,1	184
2011	146	КАРТОФЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ С ПАПРИКОЙ	130	3,2	9,4	25,7	201
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	19,7	81
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				17,3	26,8	73,9	607
Полдник							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6	4	3,2	52
2008	323	МАШКАТ ГЕЧНЕВАТ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СПИВОЧНЫМ	130	6,3	4,9	28,5	184
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				9,2	9,1	55,2	341
Всего				33,5	41,3	193	1280

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
18 января 2024 г.
СВО



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
1997	71	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,6	2,9	5,3	51
2011	305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,2	7,6	44	261
2008	310	КУРИЦА ПО-СИЦИЛИЙСКИ	60	10,6	12,5	5,6	179
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				19,2	23,3	89,1	646
Всего				19,2	23,3	89,1	646