

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
19 января 2024 г.
Начальные классы 7-11 лет



Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	150	4,9	7,1	29,7	202
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	27				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30				
Итого				2,2	0,2	14,6	69
Всего				10,1	9,6	58,5	382
				10,1	9,6	58,5	382

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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



МЕНЮ
19 января 2024 г.
ММС 7-11 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
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	27				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,1	9,6	58,5	382
Всего				10,1	9,6	58,5	382

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
19 января 2024 г.
ОВЗ 7-11 лет



Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	150	4,9	7,1	29,7	202
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	27				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,1	9,6	58,5	382
Обед							
2012	79	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	250	5	3	34,6	185
2011	290	МИСОТТИЦЫ, ПРИГЛУЩЕННОЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50	9,4	10,9	2,6	149
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	5,5	4,7	24,9	163
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
Итого				24,4	19	101,2	675
Всего				34,5	28,6	159,7	1057

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
19 января 2024 г.
ММС 12-18 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
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	27				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,1	9,6	58,5	382
Всего				10,1	9,6	58,5	382

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
19 января 2024 г.
ОВЗ 12-18 лет



Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	150	4,9	7,1	29,7	202
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	27				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,1	9,6	58,5	382
Обед							
2012	79	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	300	6	3,5	41,5	222
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В МЕТАЛЛОМ СОУСЕ	60	11,3	13,1	3,2	180
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	6,6	5,6	29,9	196
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
Итого				28,4	22,6	113,7	776
Всего				38,5	32,2	172,2	1158

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
19 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							
2008	190	КАША "ДРУЖБА" ЖИДКАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА	150	4,9	7,1	29,7	202
2008		КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	27				
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,2	7,3	54,2	311
Всего				7,2	7,3	54,2	311

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
19 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	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	150	1,6	5	6,6	79
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				3,9	5,2	30,1	184
II Завтрак							
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	100	2	1,5	3	48
Итого				2	1,5	3	48
Обед							
2012	79	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕНКАМИ	200	4	2,3	27,7	148
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50	9,4	11	2,6	150
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	130	4,8	4,1	21,6	142
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				20,5	17,6	75,4	545
Полдник							
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
Итого				7	9,1	49,4	307
Всего				33,4	33,4	157,9	1084

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
19 января 2024 г.
СВО



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
2008		ЙОГУРТ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150	3	2,3	4,5	72
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
2008		КЕКС ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	27				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,1	9,6	58,5	382
Всего				10,1	9,6	58,5	382