

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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



МЕНЮ
25 января 2024 г.
СВО

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ					
2008	310	КУРИЦА ПО-ТАЙСКИ	60	1	3,1	5,3	53
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	11,6	16,2	45,4	373
		ЯБЛОКО	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,4	0,4	9,5	46
			40	3	0,2	19,5	92
Итого				16,1	19,9	89,6	604
Всего				16,1	19,9	89,6	604

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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



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

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,7	2	3,6	35
2008	310	КУРИЦА ПО-ТАЙСКИ	150	11,6	16,2	45,4	373
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15	18,8	83	563
Всего				15	18,8	83	563

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
25 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							
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,7	2	3,6	35
2008	310	КУРИЦА ПО-ТАЙСКИ	150	11,6	16,2	45,4	373
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15	18,8	83	563
Всего				15	18,8	83	563

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
25 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	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ					
2008	310	КУРИЦА ПО-ТАЙСКИ	40	0,7	2	3,6	35
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	11,6	16,2	45,4	373
		ЯБЛОКО	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				15	18,8	83	563
Обед							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ					
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	40	0,6	2	5	42
		<small>СМ. ТАБЛ. К ПЕР. ОБИМ. БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)</small>	250	2,3	5,3	16,4	122
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	150	8,6	15,1	11,2	213
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	2,5	2,2	12,4	79
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				18,5	25,8	74,4	604
				33,5	44,6	157,4	1167

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
25 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- воды, г		
Завтрак								
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	1	3,1	5,3	53	
2008	310	КУРИЦА ПО-ТАЙСКИ	150	11,6	16,2	45,4	373	
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40	
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	
Итого								
Всего					16,1	19,9	89,6	604
					16,1	19,9	89,6	604

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
25 января 2024 г.
ОВЗ 12-18 лет



Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ					
2008	310	КУРИЦА ПО-ТАЙСКИ	60	1	3,1	5,3	53
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	11,6	16,2	45,4	373
		ЯБЛОКО	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого			40	3	0,2	19,5	92
				16,1	19,9	89,6	604
Обед							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50	0,9	2,6	6,2	52
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	300	2,7	6,3	19,8	147
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	10,4	17,7	13,3	255
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	12,4	79
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				21,8	30	86	704
Всего				37,9	49,9	175,6	1308

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

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



Сбор-ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая	
				Белки, г	Жиры, г	Угле-		
Завтрак								
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ						
2008	310	КУРИЦА ПО-ТАЙСКИ	40	0,7	2	3,6	35	
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	11,6	16,2	45,4	373	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40	
			30	2,2	0,2	14,6	69	
Итого								
Всего					14,6	18,4	73,5	517
					14,6	18,4	73,5	517

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

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



Сбор-ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,5	4	20,2	131
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,8	4,2	43,7	236
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			23,2	93
Итого						23,2	93
Обед							
2011	96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,9	4,1	13,2	98
2008	308	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	7,9	14,4	11,2	205
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35
Итого				12	18,7	47,7	407
Полдник							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50	0,9	2,6	6,2	52
2011	171.1	КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ЛУКОМ	130	5,6	5,7	25,6	176
2011	428	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	50	4,4	1,7	30	152
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				13,2	10,2	85,3	485
Всего				31	33,1	199,9	1221