

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
26 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 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 7 | 6,3 | 39,2 | 241 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 70 | 5,7 | 9,5 | 1,4 | 114 |
| 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 | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 115 |
| Итого | | | | 18,8 | 19,1 | 109,1 | 684 |
| Всего | | | | 18,8 | 19,1 | 109,1 | 684 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
26 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 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 7 | 6,3 | 39,2 | 241 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 70 | 5,7 | 9,5 | 1,4 | 114 |
| 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 | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 115 |
| Итого | | | | 18,8 | 19,1 | 109,1 | 684 |
| Всего | | | | 18,8 | 19,1 | 109,1 | 684 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
26 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- | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 7 | 6,3 | 39,2 | 241 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 70 | 5,7 | 9,5 | 1,4 | 114 |
| 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 | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 115 |
| Итого | | | | 18,8 | 19,1 | 109,1 | 684 |
| Обед | | | | | | | |
| | | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 1,4 | 3,2 | 7,1 | 64 |
| | | СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ) | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10 |
| | | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ | 100 | 0,4 | 2,5 | 2,7 | 35 |
| 2011 | 175 | КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" | 150 | 4,8 | 4,3 | 37 | 205 |
| 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 | | | | 11,2 | 11,2 | 86,1 | 492 |
| Всего | | | | 30 | 30,3 | 195,2 | 1176 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
26 января 2024 г.
ММС 12-18 лет



| Сбор- № | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, |
|----------------|------------------|---|-------|-------------------|-------------|--------------|-----------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 9,2 | 7,7 | 52,3 | 316 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 70 | 5,7 | 9,5 | 1,4 | 114 |
| 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 | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 115 |
| Итого | | | | 21 | 20,5 | 122,2 | 759 |
| Всего | | | | 21 | 20,5 | 122,2 | 759 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
26 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- | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 9,2 | 7,7 | 52,3 | 316 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 70 | 5,7 | 9,5 | 1,4 | 114 |
| 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 | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 115 |
| Итого | | | | 21 | 20,5 | 122,2 | 759 |
| Обед | | | | | | | |
| | | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 300 | 2,2 | 5 | 10,6 | 96 |
| | | СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ) | 5 | 0,1 | 0,8 | 0,2 | 10 |
| | | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ | 100 | 0,4 | 2,5 | 2,7 | 35 |
| 2011 | 175 | КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" | 150 | 4,8 | 4,3 | 37 | 205 |
| 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 | | | | 12 | 13 | 89,6 | 524 |
| Всего | | | | 33 | 33,5 | 211,8 | 1283 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

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



| Сбор-ник рецеп- | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, |
|-----------------|---------------|--|-------|-------------------|-----------|--------------|--------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 9,2 | 7,7 | 52,3 | 316 |
| 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 | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 115 |
| Итого | | | | 15,3 | 11 | 120,8 | 645 |
| Всего | | | | 15,3 | 11 | 120,8 | 645 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
26 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 | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 7 | 6,3 | 39,3 | 241 |
| 2018 | 300 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,1 | | 8,9 | 36 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 |
| Итого | | | | 9,3 | 6,5 | 62,8 | 346 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| | | ЯБЛОКО | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 46 |
| Итого | | | | 0,4 | 0,4 | 9,5 | 46 |
| Обед | | | | | | | |
| | | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ | 200 | 1,4 | 3,2 | 7,1 | 64 |
| | | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ | 80 | 0,2 | 1,4 | 1,4 | 19 |
| 2011 | 175 | КАША ВЯЗКАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА "ДРУЖБА" | 130 | 4,2 | 3,7 | 32,2 | 178 |
| 2018 | 309 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 180 | 0,1 | 0,1 | 19,7 | 81 |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,2 | 0,2 | 14,6 | 69 |
| Итого | | | | 8,1 | 8,6 | 75 | 411 |
| 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 | | | | 24,8 | 24,6 | 196,7 | 1110 |

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
26 января 2024 г.
СВО



| Сбор- ник рецеп- | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическая ценность, |
|------------------------|------------------|---|-------|-------------------|-------------|--------------|----------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 9,2 | 7,7 | 52,3 | 316 |
| 2008 | 214 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 70 | 5,7 | 9,5 | 1,4 | 114 |
| 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 | 50 | 3,7 | 0,3 | 24,3 | 115 |
| Итого | | | | 21 | 20,5 | 122,2 | 759 |
| Всего | | | | 21 | 20,5 | 122,2 | 759 |