

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
29 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-воды, г		
Завтрак								
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36	
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183	
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	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								
Всего					14,8	20	31	364
				14,8	20	31	364	

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
29 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	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36	
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183	
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	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								
Всего					14,8	20	31	364
					14,8	20	31	364

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
29 января 2024 г.
ОВЗ 7-11 лет



Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Завтрак							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	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				14,8	20	31	364
Обед							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	2,9	4,3	47
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2	2,2	16,5	94
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	60	9,3	14	6,7	195
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	4,5	21,1	137
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				19,5	24	87,5	650
Всего				34,3	44	118,5	1014

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
29 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	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36	
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183	
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	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					14,8	20,9	31	372
Всего					14,8	20,9	31	372

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
29 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	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	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				14,8	20,9	31	372
Обед							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,1	4,5	6,5	71
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	270	2,7	3	22,2	127
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	60	9,3	14	6,7	195
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	4,5	21,1	137
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				20,6	26,4	95,4	707
Всего				35,4	47,3	126,4	1079

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
29 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							
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	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				14,1	18	27,2	328
Всего				14,1	18	27,2	328

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

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



Сбор-ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле- вод.	
Завтрак							
201		КАША ВЯЗКАЯ ЯЧНЕВАЯ					
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	4,7	5,2	26	169
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,1		8,9	36
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				7	5,4	49,5	274
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			23,2	93
Итого						23,2	93
Обед							
2011	101	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2	2,2	16,5	94
1996	375	БЕФСТРОГАНОВ	50	7,7	11,7	5,7	163
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,7	3,9	18,3	119
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				14,7	18	64	481
Полдник							
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,7	3	4,3	48
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130		3,4		31
		ПЛЮШКА НОВОМОСКОВСКАЯ	50	3,9	3,7	27,7	159
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,9	10,3	55,5	343
Всего				28,6	33,7	192,2	1191

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
29 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	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,7	2	3,8	36
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	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				14,8	20,9	31	372
Всего				14,8	20,9	31	372