

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ

5 февраля 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								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО - КОРЕЙСКИ	40	0,5	2,7	2,9	39	
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	0,5	2	14	
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				3,1	7,4	29,4	198	
Обед								
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	2	5	42	
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	250	2,3	4,2	16,2	112	
		СМЕСЬ ГАРА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10	
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	15,3	15,7	37,1	350	
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				22,7	23,1	97,4	691	
Всего				25,8	30,5	126,8	889	

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ

5 февраля 2024 г.

Детский сад 3-7 лет



Сбор-ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
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							
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,4	0,4	9,5	46
Обед							
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	200	1,7	3,3	13,1	89
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	150	14,6	15	37,1	342
2018	309	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			8,7	35
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				18,5	18,5	73,5	535
Полдник							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	2	5	42
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	130		3,2		29
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,9	5,4	28,5	176
Всего				27,6	28,5	155,2	993

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ

5 февраля 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								
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО - КОРЕЙСКИ	60	0,7	4,1	4,5	59	
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	0,5	2	14	
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					
Итого								
Всего					3,3	9,7	31	226
					3,3	9,7	31	226

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ

5 февраля 2024 г.

СВО



Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО - КОРЕЙСКИ	60	0,7	4,1	4,5	59
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,9	2	26
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				3,3	11,1	31	238
Всего				3,3	11,1	31	238

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ

5 февраля 2024 г.

Начальные классы 7-11 лет



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО - КОРЕЙСКИ	40	0,5	2,7	2,9	39
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	0,5	2	14
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				3,1	7,4	29,4	198
Всего				3,1	7,4	29,4	198

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ

5 февраля 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							
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО - КОРЕЙСКИ	40	0,5	2,7	2,9	39
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	0,5	2	14
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				3,1	7,4	29,4	198
Всего				3,1	7,4	29,4	198

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ

5 февраля 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							
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО - КОРЕЙСКИ	60	0,7	4,1	4,5	59
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	0,5	2	14
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				
Итого				3,3	9,7	14,6	69
Обед							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	1	3,1	7,5	63
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	300	2,8	5	19,8	135
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	291	КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МЯСОМ	180	18,1	18,6	44,6	420
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				26,4	27,9	111	805
Всего				29,7	37,6	142	1031

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ

5 февраля 2024 г.

Родительская плата 12-18 лет



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	0,5	2	14
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				2,6	4,7	26,5	159
Всего				2,6	4,7	26,5	159