

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
8 февраля 2024 г.  
**СВО**



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,2	6,1	4,7	82
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,5	4,6	38,8	231
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
<b>Итого</b>				<b>25,6</b>	<b>24,7</b>	<b>75,6</b>	<b>628</b>
<b>Всего</b>				<b>25,6</b>	<b>24,7</b>	<b>75,6</b>	<b>628</b>

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"



**МЕНЮ**  
8 февраля 2024 г.  
Детский сад 3-7 лет

Сбор-ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
<b>Завтрак</b>							
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ 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
<b>Итого</b>				<b>9,3</b>	<b>6,5</b>	<b>62,8</b>	<b>346</b>
<b>II Завтрак</b>							
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150				
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
<b>Итого</b>				<b>2,3</b>	<b>2,9</b>	<b>22,3</b>	<b>125</b>
<b>Обед</b>							
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	3,7	7,2	70
2018	143	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	150	8,8	6,8	17,8	168
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>12,6</b>	<b>10,7</b>	<b>48,5</b>	<b>343</b>
<b>Полдник</b>							
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	1	3,1	5,3	53
2008	323	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	6,3	4,4	28,5	179
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>9,6</b>	<b>7,7</b>	<b>57,3</b>	<b>337</b>
<b>Всего</b>				<b>33,8</b>	<b>27,8</b>	<b>190,9</b>	<b>1151</b>

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ

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



**МЕНЮ**  
8 февраля 2024 г.  
Родительская плата 12-18 лет

Сбор- ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
<b>Завтрак</b>							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,2	6,1	4,7	82
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,5	4,6	38,8	231
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
<b>Итого</b>				<b>13,8</b>	<b>10,9</b>	<b>72,9</b>	<b>445</b>
<b>Всего</b>				<b>13,8</b>	<b>10,9</b>	<b>72,9</b>	<b>445</b>

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
8 февраля 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	
<b>Завтрак</b>							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,2	6,1	4,7	82
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,5	4,6	38,8	231
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
<b>Итого</b>				<b>25,6</b>	<b>24,7</b>	<b>75,6</b>	<b>628</b>
<b>Обед</b>							
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	1	3,1	5,3	53
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,7	4,1	8,7	80
		СМЕТАНА К ПЕРВОМУ БЛЮДУ (ПРОМ. ПР. ЦЕНА)	5	0,1	0,8	0,2	10
2018	143	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	200	12,1	9,4	23,6	228
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,2	19,5	92
<b>Итого</b>				<b>21,7</b>	<b>17,9</b>	<b>91,5</b>	<b>618</b>
<b>Всего</b>				<b>47,3</b>	<b>42,6</b>	<b>167,1</b>	<b>1246</b>

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
8 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	
<b>Завтрак</b>							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,2	6,1	4,7	82
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,5	4,6	38,8	231
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
<b>Итого</b>				<b>25,6</b>	<b>24,7</b>	<b>75,6</b>	<b>628</b>
<b>Всего</b>				<b>25,6</b>	<b>24,7</b>	<b>75,6</b>	<b>628</b>

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
8 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	
<b>Завтрак</b>							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,4	4,1	3,1	55
		ТЕФ ТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,5	4,6	38,8	231
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>24</b>	<b>22,7</b>	<b>69,1</b>	<b>578</b>
<b>Обед</b>							
2011	50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,7	2	3,6	35
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,7	4,1	8,7	80
		СМЕТАНА К ПЕРВОМУ БЛЮДУ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2018	143	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	150	9,5	7,5	17,8	177
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
<b>Итого</b>				<b>16,5</b>	<b>14,8</b>	<b>69,4</b>	<b>480</b>
<b>Всего</b>				<b>40,5</b>	<b>37,5</b>	<b>138,5</b>	<b>1058</b>

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**  
8 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	
<b>Завтрак</b>							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,4	4,1	3,1	55
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,5	4,6	38,8	231
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>24</b>	<b>22,7</b>	<b>69,1</b>	<b>578</b>
<b>Всего</b>				<b>24</b>	<b>22,7</b>	<b>69,1</b>	<b>578</b>

СОГЛАСОВАНО  
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

## МЕНЮ

8 февраля 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	
<b>Завтрак</b>							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,4	4,1	3,1	55
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,8	13,8	2,7	183
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	8,5	4,6	38,8	231
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
<b>Итого</b>				<b>24</b>	<b>22,7</b>	<b>69,1</b>	<b>578</b>
<b>Всего</b>				<b>24</b>	<b>22,7</b>	<b>69,1</b>	<b>578</b>