

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
21 февраля 2024 г.
ОВЗ 7-11 лет



Сбор-ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	3	9,3	67
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	60	5,2	5,5	6	94
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	4,5	21,1	137
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				11,2	13,2	51	367
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	200	5,7	3,9	24,8	158
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	0,7	3,9	2,9	49
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		2,4		22
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				10,9	10,6	66,8	407
Всего				22,1	23,8	117,8	774

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
21 февраля 2024 г.
ММС 7-11 лет



Сбор-ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	3	9,3	67
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	60	5,2	5,5	6	94
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	4,5	21,1	137
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				11,2	13,2	51	367
Всего				11,2	13,2	51	367

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
21 февраля 2024 г.
Начальные классы 7-11 лет



Сбор-ник	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая	
				Белки, г	Жиры, г	Угле-		
Завтрак								
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	3	9,3	67	
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	60	5,2	5,5	6	94	
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	4,5	21,1	137	
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200					
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	
Итого								
Всего					11,2	13,2	51	367
					11,2	13,2	51	367

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
21 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							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	3	9,3	67
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	80	6,9	7,3	8	125
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,7	5,4	25,3	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				14,3	15,9	62,1	449
Всего				14,3	15,9	62,1	449

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
21 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-	
Завтрак							
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	150	4	5,3	24,1	160
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,3	5,5	47,6	265
II Завтрак							
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,8	1,7	9,3	59
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				4	1,9	23,9	128
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	200	5,7	3,9	24,8	158
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,7	3,9	18,4	119
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	60	5,2	5,5	6	94
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15,9	13,5	72,7	476
Полдник							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,4	1,9	6,2	45
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130		2		19
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,7	4,1	29,7	169
Всего				28,9	25	173,9	1038

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
21 февраля 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							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	3	9,3	67
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,7	5,4	25,3	165
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200				
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				7,4	8,6	54,1	324
Всего				7,4	8,6	54,1	324

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
21 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	
Завтрак							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ					
2008	237	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	60	0,7	3	9,3	67
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	80	6,9	7,3	8	125
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	180	3,7	5,4	25,3	165
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200				
Итого			40	3	0,2	19,5	92
				14,3	15,9	62,1	449
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	300	8,8	5,9	37,2	238
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	0,7	3,9	2,9	49
		ВЕРМИШЕЛЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		2,4		22
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			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				14	12,6	79,2	487
				28,3	28,5	141,3	936

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
21 февраля 2024 г.
ММС 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								
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ						
2008	237	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД МАРИНАДОМ	60	0,7	3	9,3	67	
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	80	6,9	7,3	8	125	
			180	3,7	5,4	25,3	165	
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200					
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92	
Итого								
Всего					14,3	15,9	62,1	449
					14,3	15,9	62,1	449