

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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



МЕНЮ

29 февраля 2024 г.
СВО

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты		Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
			Завтрак					
к/к	к/к		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,7	1,9	5,7	43
			БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,9	2	26
2011	173		КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	6,6	5,6	29,9	196
2018	309		КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого					10,7	9,7	79	446
Всего					10,7	9,7	79	446

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

29 февраля 2024 г.
Детский сад 3-7 лет

Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2018	192	КАША ОСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,5	6,8	26,2	187
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,8	7	49,7	292
II Завтрак							
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,4	0,4	9,5	46
Обед							
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	0,2	3,2	1,3	35
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
Итого				11,3	10,2	42,6	308
Полдник							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	40	0,7	1,9	5,7	43
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	130	3,4	4,6	20,8	139
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,4	6,7	50	287
Всего				25,9	24,3	151,8	933

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ

29 февраля 2024 г.
Родительская плата 12-18 лет



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	0,5	2	14
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	6,6	5,6	29,9	196
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				9,2	6,3	56,4	319
Всего				9,2	6,3	56,4	319

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ

29 февраля 2024 г.
ОВЗ 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					
к/к	к/к		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,7	1,9	5,7	43
			БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	1,9	2	26
2011	173		КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	6,6	5,6	29,9	196
2018	309		КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого					10,7	9,7	79	446
			Обед					
2008	30		САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,2	6,1	4,7	82
2008	106		СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	300	0,4	4,9	1,8	53
2018	143		РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	180	10,9	8,5	21,1	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					18	19,9	66,7	518
Всего					28,7	29,6	145,7	964

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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



МЕНЮ

29 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							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,7	1,9	5,7	43
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	0,5	2	14
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	180	6,6	5,6	29,9	196
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				10,7	8,3	79	434
Всего				10,7	8,3	79	434

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ

29 февраля 2024 г.
ОВЗ 7-11 лет



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,7	1,9	5,7	43
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	0,5	2	14
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	5,5	4,7	24,9	163
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,8	7,4	69,1	378
Обед							
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	40	1,4	4,1	3,1	55
2008	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	0,2	4	1,5	44
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
Итого				15,6	16	61,5	454
Всего				24,4	23,4	130,6	832

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО «ЗОЛОТОЙ КУРАЙ»
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

29 февраля 2024 г.
ММС 7-11 лет



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,7	1,9	5,7	43
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	0,5	2	14
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	5,5	4,7	24,9	163
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,8	7,4	69,1	378
Всего				8,8	7,4	69,1	378

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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



МЕНЮ

29 февраля 2024 г.

Начальные классы 7-11 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	40	0,7	1,9	5,7	43
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	90	0,3	0,5	2	14
2011	173	КАША ВЯЗКАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	150	5,5	4,7	24,9	163
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,8	7,4	69,1	378
Всего				8,8	7,4	69,1	378