

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
18 октября 2023 год
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							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,2	0,0	0,8	4,2
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,6	14,6	37,6	373,6
2018	227	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,8	0,9	8,0	56,2
2018	300	ЯБЛОКО	100	0,2	0,4	8,5	55,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			510	16,0	16,1	69,5	558,5

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

18 октября 2023 год

ММС МЛАДШИЕ 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							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,2	0,0	0,8	4,2
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,6	14,6	37,6	373,6
2018	227	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,8	0,9	8,0	56,2
2018	300	ЯБЛОКО	100	0,2	0,4	8,5	55,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			510	16,0	16,1	69,5	558,5

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

18 октября 2023 год

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							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,2	0,0	0,8	4,2
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,6	14,6	37,6	373,6
2018	227	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,8	0,9	8,0	56,2
2018	300	ЯБЛОКО	100	0,2	0,4	8,5	55,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			510	16,0	16,1	69,5	558,5
Обед							
2011	45	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	250	7,2	8,0	30,8	197,8
2008	106	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	8,9	10,6	14,2	187,6
2011	291	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	4,4	21,1	137,2
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0,0	19,7	80,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			710	21,5	23,2	100,4	672,2
Всего				37,5	39,3	169,9	1 230,7

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

18 октября 2023 год
ОВЗ СТАРШИЕ 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							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	40	0,3	0,0	1,1	4,2
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	15,1	17,5	45,1	373,6
2018	227	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,8	0,9	8,0	56,2
2018	300	ЯБЛОКО	100	0,2	0,4	8,5	55,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			550	18,6	19,0	77,3	558,5
Обед							
2011	45	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	300	9,6	9,8	37,0	257,4
2008	106	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	8,9	10,6	14,2	187,6
2011	291	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	5,7	6,3	25,3	194,6
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0,0	19,7	80,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			810	26,5	26,9	110,8	789,2
Всего				45,1	45,9	188,1	1 347,7

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

18 октября 2023 год
ММС СТАРШИЕ 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							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	40	0,3	0,0	1,1	4,2
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	15,1	17,5	45,1	373,6
2018	227	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,8	0,9	8,0	56,2
2018	300	ЯБЛОКО	100	0,2	0,4	8,5	55,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			550	18,6	19,0	77,3	558,5

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

18 октября 2023 год
СВО СТАРШИЕ 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							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	40	0,3	0,0	1,1	4,2
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	15,1	17,5	45,1	373,6
2018	227	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,8	0,9	8,0	56,2
2018	300	ЯБЛОКО	100	0,2	0,4	8,5	55,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			550	18,6	19,0	77,3	558,5

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

18 октября 2023 год

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							
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	13,1	18,4	47	406
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15,4	18,6	71,5	515
Всего				15,4	18,6	71,5	515

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
18 октября 2023 год
Детский сад 3-7 лет



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
201		КАША ВЯЗКАЯ ЯЧНЕВАЯ	150	4,5	10,1	30,9	231
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,8	10,3	55,4	340
II Завтрак							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		9,8	39
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,5	0,4	19,3	85
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	200	4,7	10,2	21,6	196
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	13,1	18,4	47	406
2018	309	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		19,8	81
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				20,1	28,8	103	752
Полдник							
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИЯМИ	30	0,2		0,8	4
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,2	9,2	21,2	180
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				5,7	9,4	46,5	293
Всего				33,1	48,9	224,2	1470