

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

30 ноября 2023 г.

НАЧАЛЬНЫЕ КЛАССЫ

НАЧАЛЬНЫЕ КЛАССЫ							
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	Завтрак				
2012	249	РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	40	0,6	2	5	42
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	80	10,8	5,4	2,5	102
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	3,1	4,5	21,1	137
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				16,8	12,1	53,1	390

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
30 ноября 2023 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							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	2	5	42
2012	249	РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	80	10,8	5,4	2,5	102
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	4,5	21,1	137
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,8	12,1	53,1	390

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

30 ноября 2023 г.
ОВЗ 7-11 лет

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							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ					
2012	249	РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	40	0,6	2	5	42
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	80	10,8	5,4	2,5	102
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	3,1	4,5	21,1	137
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				16,8	12,1	53,1	390
Обед							
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	1,4	2,5	10,8	72
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,4	2,5	2,7	35
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		4		36
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,3	9,5	64,6	370
Всего				23,1	21,6	117,7	760

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

30 ноября 2023 г.

СВО 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	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	1,3	4,2	9,9	84
2012	249	РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100	13,5	6,7	3,3	128
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	4,5	21,1	137
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				20,2	15,6	58,8	458

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

30 ноября 2023 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							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	80	1,3	4,2	9,9	84
2012	249	РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100	13,5	6,7	3,3	128
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,1	4,5	21,1	137
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				20,2	15,6	58,8	458

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

30 ноября 2023 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							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ					
2012	249	РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	80	1,3	4,2	9,9	84
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	13,5	6,7	3,3	128
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	3,1	4,5	21,1	137
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				20,2	15,6	58,8	458
Обед							
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	250	1,7	3,2	13,3	90
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,4	2,5	2,7	35
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180		4,9		44
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,4	11,1	72	419
Всего				27,6	26,7	130,8	877

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

30 ноября 2023 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							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ					
2012	249	РЫБНЫЕ ПАЛОЧКИ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	40	0,6	2	5	42
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	80	10,8	5,4	2,5	102
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	3,1	4,5	21,1	137
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				16,8	12,1	53,1	390
				16,8	12,1	53,1	390

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г.Ш. Урманшина

МЕНЮ

30 ноября 2023 г.

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	4,7	5,2	26	169
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7	5,4	49,5	274
II Завтрак							
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150			14,4	58
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				2,3	2,9	36,7	183
Обед							
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	1,4	2,5	10,8	72
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,4	2,5	2,7	35
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130		3,4		31
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	19,7	81
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				4,1	8,7	47,8	288
Полдник							
2011	48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	2	5	42
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	6,3	4,9	28,5	184
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
Итого				9,2	7,1	57	331
Всего				22,6	24,1	191	1076