

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
11 декабря 2023г.
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							
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							
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	12,4	79
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
Итого				4,8	5,1	34,7	204
Обед							
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	200	1,7	3,3	13,1	89
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,6	17,4	46,1	391
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	19,7	81
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				16,6	21	93,5	630
Полдник							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,4	1,9	6,2	45
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130		3,4		31
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				2,7	5,5	29,7	181
Всего				31,9	38,6	207,6	1307

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
11 декабря 2023г.
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							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ					
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	40	0,4	1,9	6,2	45
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100	0,7	3,9	2,9	49
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150		4		36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				3,4	10	33,6	239

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
11 декабря 2023г.
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							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ					
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	40	0,4	1,9	6,2	45
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100	0,7	3,9	2,9	49
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150		4		36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				3,4	10	33,6	239

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

11 декабря 2023г.
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							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ					
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	40	0,4	1,9	6,2	45
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100	0,7	3,9	2,9	49
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150		4		36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				3,4	10	33,6	239
Обед							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ					
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	40	0,7	2	3,8	36
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	250	2,3	4,2	16,1	112
			5	0,1	0,8	0,2	10
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ					
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150	12,6	17,4	46,1	391
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				20,2	24,9	117,3	776
				23,6	34,9	150,9	1015

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
11 декабря 2023г.
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							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ					
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60	0,7	3	9,3	67
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	100	0,7	3,9	2,9	49
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150		4		36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				3,7	11,1	36,7	261

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
11 декабря 2023г.
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	60	0,7	3	9,3	67
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	0,7	3,9	2,9	49
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4		36
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				3,7	11,1	36,7	261

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
11 декабря 2023г.
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							
2018	17	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,7	3	9,3	67
		КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	100	0,7	3,9	2,9	49
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150		4		36
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				3,7	11,1	36,7	261
Обед							
2011	45	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	80	1,2	4,1	7,6	72
2011	81	СВЕКОЛЬНИК	300	2,8	5	19,6	134
		СМЕТАНА К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЧЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,6	17,4	46,1	391
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				22	27,8	129,5	857
Всего				25,7	38,9	166,2	1118

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

11 декабря 2023г.

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					
		БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	40	0,4	1,9	6,2	45
2018	227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	90	0,3	1,9	2	26
			150		4		
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ					36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,1		9,9	40
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				3	8	32,7	216
				3	8	32,7	216