

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"

Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ

5 сентября 2023 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							
2008		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60	7,6	7,0	7,8	170,8
		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	180	4,6	5,6	20,3	187,1
2018	227	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			500	15,8	15,7	67,0	593,2

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____



Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
5 сентября 2023 г.
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		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60	7,6	7,0	7,8	170,8
		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	180	4,6	5,6	20,3	187,1
2018	227	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			500	15,8	15,7	67,0	593,2

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"
_____ Г.Ш. Урманшина
«Золотой курай»

МЕНЮ
5 сентября 2023 г.
ОВЗ МЛ 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		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60	7,6	7,0	7,8	170,8
		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	180	4,6	5,6	20,3	187,1
2018	227	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			500	15,8	15,7	67,0	593,2
Обед							
2011	45	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	2,9	8,0	32,8	136,7
2008	106	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,3	12,0	5,2	166,3
2011	291	РИС ОТВАРНОЙ	150	5,7	4,5	38,8	210,7
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого			700	23,2	24,8	113,3	672,0
Всего				39,0	40,5	180,3	1 265,2

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____



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

МЕНЮ
5 сентября 2023 г.
ОВЗ СТ 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		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	70	8,9	8,2	9,1	199,3
		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	210	5,4	6,5	23,7	218,3
2018	227	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого			550	18,7	17,8	76,6	675,9
Обед							
2011	45	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300	3,5	9,6	39,4	164,0
2008	106	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,3	12,0	5,2	166,3
2011	291	РИС ОТВАРНОЙ	180	6,8	5,4	46,6	252,8
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9
Итого			800	26,4	27,4	137,4	787,4
Всего				45,1	45,2	214,0	1 463,3

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «ЗОЛОТОЙ КУРАЙ»

Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ
5 сентября 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							
2008		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	70	8,9	8,2	9,1	199,3
		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	210	5,4	6,5	23,7	218,3
2018	227	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого			550	18,7	17,8	76,6	675,9
Обед							
2011	45	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300	3,5	9,6	39,4	164,0
2008	106	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,3	12,0	5,2	166,3
2011	291	РИС ОТВАРНОЙ	180	6,8	5,4	46,6	252,8
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9
Итого			800	26,4	27,4	137,4	787,4
Всего				45,1	45,2	214,0	1 463,3

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____



Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
5 сентября 2023 г.
ММС СТ 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		СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	70	8,9	8,2	9,1	199,3
		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	210	5,4	6,5	23,7	218,3
2018	227	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,1	0,0	7,0	41,3
2018	300	ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	1,3	2,9	17,3	125,1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого			550	18,7	17,8	76,6	675,9
Обед							
2011	45	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300	3,5	9,6	39,4	164,0
2008	106	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,3	12,0	5,2	166,3
2011	291	РИС ОТВАРНОЙ	180	6,8	5,4	46,6	252,8
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9
Итого			800	26,4	27,4	137,4	787,4
Всего				45,1	45,2	214,0	1 463,3

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "ЗОЛОТОЙ КУРАЙ"
Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ
5 сентября 2023 г. «Золотой курай»
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-	
Завтрак							
2011	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	150	3,4	10,1	25,9	206
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,9	1	11,1	56
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				6,5	11,3	51,6	331
II Завтрак							
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		9,8	39
Итого				2,4	2,9	32,1	164
Обед							
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,8	9,8	18,6	170
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	75	9,9	17,9	9,9	241
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,5	8,6	36	234
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	21,9	89
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				17,5	36,6	101	803
Полдник							
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	150	1,7	9,9	12,5	146
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				4	10,1	37	255
Всего				30,4	60,9	221,7	1553

СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО «ЗОЛОТОЙ КУРАЙ»

Г. Ш. Урманшина

МЕНЮ

5 сентября 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	175	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА	150	3,4	10,1	25,9	206
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2008		ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	30	2,3	2,9	22,3	125
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8	13,2	72,7	440
Всего				8	13,2	72,7	440