

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
16 января 2024 г.
Начальные классы 7-11 лет



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2011	102	СУП КУБАНСКИЙ	200	9,6	8	21,2	196
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	17,3	99
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15,7	13,7	66,4	456
Всего				15,7	13,7	66,4	456

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
16 января 2024 г.
ММС 7-11 лет



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2011	102	СУП КУБАНСКИЙ	200	9,6	8	21,2	196
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	17,3	99
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15,7	13,7	66,4	456
Всего				15,7	13,7	66,4	456

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
16 января 2024 г.
ОВЗ 7-11 лет



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2011	102	СУП КУБАНСКИЙ					
		ЯБЛОКО	200	9,6	8	21,2	196
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	100	0,4	0,4	9,5	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	2,5	2,2	17,3	99
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
				15,7	13,7	66,4	456
Обед							
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО - КОРЕЙСКИ	40	0,5	2,7	2,9	39
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СМЕТАНА К ПЕРВОМУ БЛЮДУ (ПРОКИПЯЩЕНАЯ)	250	2	5	12,8	105
2018	143	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	5	0,1	0,8	0,2	10
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150	9,4	12,6	17,8	222
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200			23,2	93
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				16,4	21,5	86,1	607
				32,1	35,2	152,5	1063

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
16 января 2024 г.
ММС 12-18 лет



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2011	102	СУП КУБАНСКИЙ					
		ЯБЛОКО	200	9,6	8	21,2	196
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	100	0,4	0,4	9,5	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	2,5	2,2	17,3	99
Итого			30	2,2	0,2	14,6	69
Всего				15,7	13,7	66,4	456
				15,7	13,7	66,4	456

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
16 января 2024 г.
ОВЗ 12-18 лет

Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫМ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2011	102	СУП КУБАНСКИЙ	200	9,6	8	21,2	196
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	17,3	99
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15,7	13,7	66,4	456
Обед							
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО - КОРЕЙСКИ	60	0,7	4,1	4,5	59
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300	2,4	5,9	15,3	126
		СМЕТАНА КРЕМОВЫМ БЛЮДАМ (ПРОКИПЯЩЕНАЯ)	5	0,1	0,8	0,2	10
2018	143	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	10,8	14,6	21,3	259
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	200			23,2	93
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				18,4	25,8	93,7	685
Всего				34,1	39,5	160,1	1141

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
16 января 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							
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫМ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2011	102	СУП КУБАНСКИЙ	200	9,6	8	21,2	196
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				13,3	11,5	59	397
Всего				13,3	11,5	59	397

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
16 января 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							
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СПИВОЧНЫМ	150	7	6,1	40	243
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				9,3	6,3	63,5	348
II Завтрак							
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	150				
Обед							
2011	82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,6	4	10,3	84
2018	143	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	8,7	11,9	17,8	214
2018	309	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180			20,9	83
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				12,5	16,1	63,6	450
Полдник							
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,9	36
2011	182	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ "АРТЕК"	130	1,5	4,4	5,7	69
2011	428	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	50	4,4	1,7	30	152
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				8,2	6,3	59,2	326
Всего				30	28,7	186,3	1124

СОГЛАСОВАНО
ДИРЕКТОР МОБУ

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

МЕНЮ
16 января 2024 г.
СВО



Сбор- ник рецеп-	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность,
				Белки, г	Жиры, г	Угле-	
Завтрак							
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОЛКОМ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1	2,9	3,8	46
2011	102	СУП КУБАНСКИЙ	200	9,6	8	21,2	196
		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	46
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,5	2,2	17,3	99
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				15,7	13,7	66,4	456
Всего				15,7	13,7	66,4	456