

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____



МЕНЮ

14 января 2026 г.

Родительская плата 12-18 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	15,4	18,8	74,5	529	
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40	
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115	
Итого				19,2	19,1	108,7	684	
Всего				19,2	19,1	108,7	684	

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____



МЕНЮ

14 января 2026 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	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	14	16,7	59,4	444
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,7	0,6	10,8	51
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				18,8	18	104,3	657
Обед							
2021	54-2с	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300	1,7	3,5	10	79
2018	143	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	8,5	15,5	1,9	181
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				16,3	19,4	51,1	445
Всего				35,1	37,4	155,4	1102

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ
14 января 2026 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							
2011	173	КАША ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК" ВЯЗКАЯ	150	1,3	3,8	4,9	60
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,1	32
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				3,6	4	27,6	161
II Завтрак							
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ	150				
Итого							
Обед							
2021	54-2с	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,1	2,3	6,9	53
2018	143	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	6,6	11,5	1,3	136
2022	845	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	180	0,3	0,1	14,5	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,2	14,1	37,3	318
Полдник							
2008	323	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,6	5	34,3	205
2018	286	ПЛЮШКА НОВОМОСКОВСКАЯ	50	4	3,7	27,7	159
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,1	32
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				11,9	8,9	84,7	465
Всего				25,7	27	149,6	944

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ

14 января 2026 г.

Начальные классы 7-11 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	12,7	15	53,6	400	
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,7	0,6	10,8	51	
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	
Итого				16	16,2	88,8	567	
Всего				16	16,2	88,8	567	

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"
Ш. Урманшина



МЕНЮ

14 января 2026 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	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	14	16,7	59,4	444
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,7	0,6	10,8	51
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				18,8	18	104,3	657
Всего				18,8	18	104,3	657

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Золотой курай»
Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ 14 января 2026 г.

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	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	12,7	15	53,6	400	
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,7	0,6	10,8	51	
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	
Итого				16	16,2	88,8	567	
Обед								
2021	54-2с	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	260	1,3	3	8,8	69	
2018	143	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	7,6	13,3	1,6	157	
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	
Итого				13,4	16,7	39,8	365	
Всего				29,4	32,9	128,6	932	