

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____



МЕНЮ
14 января 2026 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	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

Сборник рецептур	№ техн. карты		Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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 _____



МЕНЮ

14 января 2026 г.

Детский сад 3-7 лет

Сборник рецептур	№ техн. карты		Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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 ПШЕНИЧНАЯ 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

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 ГШЕНИЧНЫЙ		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"
Т. Ш. Урманшина



МЕНЮ

14 января 2026 г.

MMC 12-18 лет

Сбор-ник рецеп- тыв	№ 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 ГШЕНИЧНЫЙ	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

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 ГШЕНИЧНЫЙ		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 "ВАЛЕТ КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"		200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ГШЕНИЧНЫЙ		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