

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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



МЕНЮ
22 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								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ		150	4,4	4,2	25,2	156
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	1,9	0,2	12,5	59
Итого					6,4	4,4	46,6	251
II Завтрак								
2018	324	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА		150			17,3	70
Итого							17,3	70
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ		200	0,2	2,3	1,3	27
2018	143	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ		150	7	6,5	3,3	100
2022	845	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА		180	0,3	0,1	14,5	60
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого					9,7	9,1	33,7	256
Полдник								
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		150	0,6	3	0,9	33
2011	428	БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ		50	3,5	5,6	30,8	187
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		8,1	32
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого					6,4	8,8	54,4	321
Всего					22,5	22,3	152	898

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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



МЕНЮ

22 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						
2008	214	ОМЛЕТ	НАТУРАЛЬНЫЙ		50	4,1	6,9	1	82
2008	184	КАША	ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ		220	6,1	4,6	36	209
2018	300	ЧАЙ	С САХАРОМ		200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						12,5	11,7	61,5	400
			Обед						
2008	100	СУП	КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ		250	0,2	2,9	1,5	34
2018	143	РАГУ	ОВОЩНОЕ С МЯСОМ		200	8,4	7,4	6,6	127
2018	309	КОМПОТ	ИЗ ЯБЛОК		200	0,1	0,1	16,7	68
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ	РЖАНОЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						13,1	10,8	54	367
Всего						25,6	22,5	115,5	767

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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



МЕНЮ
22 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						
2008	214	ОМЛЕТ	НАТУРАЛЬНЫЙ		50	4,1	6,9	1	82
2008	184	КАША	ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ		220	6,1	4,6	36	209
2018	300	ЧАЙ	С САХАРОМ		200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						12,5	11,7	61,5	400
Всего						12,5	11,7	61,5	400

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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



МЕНЮ
22 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						
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ	ЖИДКАЯ		220	6,1	4,6	36	209
2018	300	ЧАЙ С	САХАРОМ		200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ П	ШЕНИЧНЫЙ		40	3	0,2	19,5	92
Итого						9,2	4,8	65,4	341
Всего						9,2	4,8	65,4	341

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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

МЕНЮ
22 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						
2008	214	ОМЛЕТ	НАТУРАЛЬНЫЙ		60	5	8,2	1,1	99
2008	184	КАША	ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ		250	6,7	5,7	41,5	245
2018	300	ЧАЙ	С САХАРОМ		200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ		40	3	0,2	19,5	92
Итого						14,8	14,1	72	476
			Обед						
2008	100	СУП	КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ		300	0,4	3,5	1,8	40
2018	143	РАГУ	ОВОЩНОЕ С МЯСОМ		250	9,6	8,2	8,1	145
2018	309	КОМПОТ	ИЗ ЯБЛОК		200	0,1	0,1	16,7	68
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ	РЖАНОЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						14,5	12,2	55,8	391
Всего						29,3	26,3	127,8	867

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____



МЕНЮ
22 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						
2008	214	ОМЛЕТ	НАТУРАЛЬНЫЙ		60	5	8,2	1,1	99
2008	184	КАША	ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ		250	6,7	5,7	41,5	245
2018	300	ЧАЙ С	САХАРОМ		200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ П	ШЕНИЧНЫЙ		40	3	0,2	19,5	92
Итого						14,8	14,1	72	476
Всего						14,8	14,1	72	476