

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ

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



МЕНЮ

27 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	175	КАША	"ДРУЖБА" ВЯЗКАЯ	150	4,9	4,1	32,7	187
2008	435	КЕФИР	С САХАРОМ	150	4,4	3,8	14	111
2018	300	ЧАЙ	С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого					11,6	8,1	71,2	407
Всего					11,6	8,1	71,2	407

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____



МЕНЮ
27 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	175	КАША	"ДРУЖБА" ВЯЗКАЯ		180	5,6	4,8	38	217
2008		ФРУКТЫ	СВЕЖИЕ		100	0,4	0,4	9,8	47
2018	300	ЧАЙ С	САХАРОМ		200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ		40	3	0,2	19,5	92
Итого						9,1	5,4	77,2	396
Всего						9,1	5,4	77,2	396

Директор МОБУ

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

МЕИЮ

27 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	175	КАША	"ДРУЖБА" ВЯЗКАЯ		150	4,9	4,5	32,7	191
2018	300	ЧАЙ С	САХАРОМ		180	0,1		8,9	36
2013	114	ХЛЕБ П	ШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						7,2	4,7	56,2	296
II Завтрак									
2008	435	КЕФИР	С САХАРОМ		100	2,9	2,5	9,3	74
Итого						2,9	2,5	9,3	74
Обед									
2018	65	СУП	КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		200	3,8	3,4	8,9	81
2008	73	ГРЕНКИ	ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА		30	3,6	0,3	23,4	110
2011	143	ГОЛУБ	ЦЫ ЛЕНИВЫЕ		70	0,2	0,4	1,3	10
2008	323	КАША	ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	6,7	4,8	30,2	191
2018	309	КОМПОТ	ИЗ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	11,3	47
		ХЛЕБ П	ШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						16,6	9,2	89,7	508
Полдник									
2011	48	САЛАТ	ВИТАМИННЫЙ		40	0,6	2	5	42
2011	203	ВЕРМИ	ШЕЛЬ С МАСЛОМ		130		3,1		28
2018	300	ЧАЙ С	САХАРОМ		180	0,1		8,1	32
2013	114	ХЛЕБ П	ШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						2,9	5,3	27,7	171
Всего						29,6	21,7	182,9	1049

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ



МЕНЮ

27 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	175	КАША	ДРУЖБА" ВЯЗКАЯ		200	6,3	5,2	43,6	248
2008	435	КЕФИР	С САХАРОМ		150	4,4	3,8	14	111
2018	300	ЧАЙ	С САХАРОМ		180	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						13	9,2	82,1	468
			Обед						
2018	65	СУП	КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		260	5	4,4	11,6	106
2008	73	ГРЕНКИ	ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА		30	3,6	0,3	23,4	110
2011	143	ГОЛУБЦЫ	ЛЕНИВЫЕ		100	0,3	0,5	2	14
2008	323	КАША	ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		150	8,4	6	38,2	240
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						21,8	11,7	121,1	676
Всего						34,8	20,9	203,2	1144

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ

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

МЕНЮ
27 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	175	КАША "ДРУЖБА" ВЯЗКАЯ	150	4,9	4,1	32,7	187
2008	435	КЕФИР С САХАРОМ	150	4,4	3,8	14	111
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				11,6	8,1	71,2	407
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	3,8	3,4	8,9	81
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	30	3,6	0,3	23,4	110
2011	143	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	90	0,3	0,5	2	14
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,4	6	38,2	240
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				20,6	10,7	118,4	651
Всего				32,2	18,8	189,6	1058

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ



МЕНЮ

27 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	175	КАША	"ДРУЖБА" ВЯЗКАЯ		200	6,3	5,2	43,6	248
2008	435	КЕФИР	С САХАРОМ		150	4,4	3,8	14	111
2018	300	ЧАЙ	С САХАРОМ		180	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						13	9,2	82,1	468
Всего						13	9,2	82,1	468