

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ



МЕНЮ
15 января 2026 г.

Детский сад 3-7 лет

Сбор-ник рецеп-тыв	№ техн. карты		Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ		150	3,8	4,2	31,6	179
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		8,1	32
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого					6,1	4,4	54,3	280
II Завтрак								
2018	324	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА		150			17,3	70
Итого							17,3	70
Обед								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ		200	0,2	1,9	1,3	23
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА		30	3,6	0,3	23,4	110
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ		70	11,6	12,6	1,4	165
2022	626	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		130		3,6		32
2018	309	КОМПОСТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		180			8,7	35
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого					17,6	18,6	49,4	434
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		50	4,2	6,7	0,8	81
2011	399	БЛИНЧИКИ		50	2,5	3,3	14,6	97
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		8,1	32
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого					9	10,2	38,1	279
Всего					32,7	33,2	159,1	1063

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ



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

МЕНЮ
15 января 2026 г.
ОВЗ 12-18 лет

Сбор- ник рецеп- твр	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	100	10	10,4	7,4	163
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	0,9	4,2	1,4	47
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				14,7	14,9	43	365
Обед							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	220	0,2	2,1	1,3	26
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	30	3,6	0,3	23,4	110
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	11,6	13,2	2	174
2022	626	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200		4,5		41
2018	309	КОМПОСТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				19,8	20,5	65,6	528
Всего				34,5	35,4	108,6	893

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина
"Золотой курай"
* * * * *
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ГАЛСЫКА БАШКОРТОСТАНСКИЙ РАЙОН
ИИН 0219008796

МЕНЮ

15 января 2026 г.

ОВЗ 7-11 лет

ОВ3 7-11 лет

Сбор- ник рецеп- твр	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергети- ческая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак							
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	80	8,7	8,9	5,9	138
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	0,7	3,2	1,2	36
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				11,7	12,3	31,6	283
Обед							
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	0,2	1,9	1,3	23
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	30	3,6	0,3	23,4	110
		ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	80	11,5	12,6	1,4	165
2022	626	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		3,4		31
2018	309	КОМПОСТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200			9,7	39
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				19,7	18,6	65	506
Всего				31,4	30,9	96,6	789

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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



МЕНЮ
15 января 2026 г.

Начальные классы 7-11 лет

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты		Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2011	290	МЯСО СОУСЕ	ТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ	80	8,7	8,9	5,9	138
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		150	0,7	3,2	1,2	36
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого					11,7	12,3	31,6	283
Всего					11,7	12,3	31,6	283

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____



МЕНЮ
15 января 2026 г.

MMC 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-твр	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	0,9	4,2	1,4	47
2011	290	МЯСО ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	100	10	10,4	7,4	163
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ ГШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				14,7	14,9	43	365
Всего				14,7	14,9	43	365

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ



МЕНЮ
15 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	290	МЯСО СОУСЕ	ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ	80	8,7	8,9	5,9	138
2011	128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		150	0,7	3,2	1,2	36
2013	114	ХЛЕБ ГШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	115
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,1		9,9	40
Итого					13,2	12,4	41,3	329
Всего					13,2	12,4	41,3	329