

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ



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

МЕНЮ

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

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ

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

МЕНЮ

13 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



МЕНЮ
13 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 ПШЕНИЧНЫЙ		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	ГОЛУБЦЫ 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 ПШЕНИЧНЫЙ		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	ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ		130		3,1		28
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ		180	0,1		8,1	32
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		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
13 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

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ



МЕНЮ

13 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

13 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				30	2,2	0,2	14,6	69
Всего					20,6	10,7	118,4	651
					32,2	18,8	189,6	1058