

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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


МЕНЮ
29 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	128	КАРТО	ФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	0,9	4,2	1,4	47
2011	290	МЯСО СОУСЕ	ПТИЦЫ, ПРИПУЩЕННОЕ В ТОМАТНОМ	100	10	10,4	7,4	163
2018	300	ЧАЙ С	САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ П	ШЕНИЧНЫЙ	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
29 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	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	КОМПОТ 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

29 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	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	КОМПОТ 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 _____



МЕНЮ

29 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	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	
Всего					11,7	12,3	31,6	283	

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____



МЕНЮ
29 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 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	
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		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	

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____



МЕНЮ

29 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	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	КОМПОТ 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