

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ**

28 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	173	КАША	ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК" ВЯЗКАЯ		150	1,3	3,8	4,9	60
2018	300	ЧАЙ С	САХАРОМ		180	0,1		8,1	32
2013	114	ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						3,6	4	27,6	161
			II Завтрак						
2011	389	СОК ФРУКТОВЫЙ			150				
Итого									
			Обед						
2021	54-2с	БОРЩ	С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		200	1,1	2,3	6,9	53
2018	143	ЖАРКОЕ	ПО-ДОМАШНЕМУ		150	6,6	11,5	1,3	136
2022	845	НАПИТОК	ИЗ ИЗЮМА		180	0,3	0,1	14,5	60
		ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						10,2	14,1	37,3	318
			Полдник						
2008	323	КАША	ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	5,6	5	34,3	205
2018	286	ПЛЮШКА	НОВОМОСКОВСКАЯ		50	4	3,7	27,7	159
2018	300	ЧАЙ С	САХАРОМ		180	0,1		8,1	32
2013	114	ХЛЕБ	ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						11,9	8,9	84,7	465
Всего						25,7	27	149,6	944

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ _____



МЕНЮ

28 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	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		180	12,7	15	53,6	400	
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		100	0,4	0,4	9,8	47	
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	0,7	0,6	10,8	51	
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69	
Итого					16	16,2	88,8	567	
Всего					16	16,2	88,8	567	

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____



МЕНЮ
28 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	291		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		200	14	16,7	59,4	444
2008			ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		100	0,4	0,4	9,8	47
2011	378		ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	0,7	0,6	10,8	51
2013	114		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	115
Итого						18,8	18	104,3	657
Всего						18,8	18	104,3	657

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____



МЕНЮ

28 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	291		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		180	12,7	15	53,6	400
2008			ФРУКТЫ СВЕЖИЕ		100	0,4	0,4	9,8	47
2011	378		ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	0,7	0,6	10,8	51
2013	114		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						16	16,2	88,8	567
			Обед						
2021	54-2с		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		260	1,3	3	8,8	69
2018	143		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		180	7,6	13,3	1,6	157
2018	303		ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"		200	0,1		0,2	1
			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
2013	115		ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого						13,4	16,7	39,8	365
Всего						29,4	32,9	128,6	932

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ _____

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО "Золотой курай"

Г. Ш. Урманшина

**МЕНЮ****28 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	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	14	16,7	59,4	444
2008		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,7	0,6	10,8	51
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				18,8	18	104,3	657
Обед							
2021	54-2с	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	300	1,7	3,5	10	79
2018	143	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	8,5	15,5	1,9	181
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				16,3	19,4	51,1	445
Всего				35,1	37,4	155,4	1102

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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



МЕНЮ
28 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	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	15,4	18,8	74,5	529
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого				19,2	19,1	108,7	684
Всего				19,2	19,1	108,7	684