

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____



МЕНЮ
24 сентября 2025 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							
2018	192	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	5,5	5,9	26	180
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,1	32
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				7,8	6,1	48,7	281
II Завтрак							
2011	338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,4	0,4	9,5	46
Итого				0,4	0,4	9,5	46
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	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	10,8	13,9	44,7	347
2018	309	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	11,3	47
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				20,5	17,9	102,9	654
Полдник							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	4,2	6,7	0,8	81
2008	444	ОЛАДЬИ	50	3,7	4,7	20,3	139
2018	300	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,1	32
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				10,2	11,6	43,8	321
Всего				38,9	36	204,9	1302

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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



МЕНЮ
24 сентября 2025 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								
2022	596	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ		80	8,8	12	4,5	162
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		180	10,1	7,9	45,9	295
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ		200	1,9	1,6	11,5	68
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3	0,2	19,5	92
Итого					23,8	21,7	81,4	617
Всего					23,8	21,7	81,4	617

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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



МЕНЮ
24 сентября 2025 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								
2022	596		ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	70	7,7	10,5	4	142
2008	323		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,4	6,6	38,2	246
2018	300		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1		9,9	40
2013	114		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого					18,4	17,3	66,7	497
Всего					18,4	17,3	66,7	497

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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



МЕНЮ
24 сентября 2025 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							
2022	596	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	80	8,8	12	4,5	162
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,1	7,9	45,9	295
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,9	1,6	11,5	68
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3	0,2	19,5	92
Итого				23,8	21,7	81,4	617
Обед							
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5	4,2	13,8	114
2008	73	ГРЕЧКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	30	3,6	0,3	23,4	110
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	10,8	12,9	44,7	338
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	30	2,2	0,2	14,6	69
Итого				24,7	17,8	116,2	724
Всего				48,5	39,5	197,6	1341

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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



МЕНЮ

24 сентября 2025 г.

ОВЗ 12-18 лет

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты		Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак								
2022	596	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ		100	11,1	15,2	5,7	203
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		200	11,3	8,7	50,9	328
2011	382	КАКАО С МОЛОКОМ		200	1,9	1,6	11,5	68
2013	114	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,7	0,3	24,3	115
Итого					28	25,8	92,4	714
Обед								
2018	65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		300	5,9	5,1	16,6	136
2008	73	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА		30	3,6	0,3	23,4	110
2011	291	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		200	14,4	17,2	59,4	451
2018	303	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕНТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"		200	0,1		0,2	1
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3	0,2	19,5	92
2013	115	ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,2	0,2	14,6	69
Итого					29,2	23	133,7	859
Всего					57,2	48,8	226,1	1573

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ _____

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



МЕНЮ
24 сентября 2025 г.

MMC 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								
2022	596		ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	100	11,1	15,2	5,7	203
2008	323		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	11,3	8,7	50,9	328
2011	382		КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,9	1,6	11,5	68
2013	114		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	115
Итого					28	25,8	92,4	714
Всего					28	25,8	92,4	714