

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	ОЛАДЫ			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 курай"
_____ 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	ГРЕНКИ 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 "ВАЛТЕК 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			Энерге- тическая ценность, ккал
						Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
			Завтрак						
2022	596	ПТИЦА	А, 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 "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						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.
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					
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