

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ

2

МЕНЮ

на 9 АПРЕЛЯ 2025 г.
РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА



РОДИТЕЛЬСКАЯ ПЛАТА					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
		Завтрак			
РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	10,1			
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150		3,3	3,4	84,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,5			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,1		0,8	33,7
Итого за прием пищи:	460	2,2	0,0	8,9	35,8
Всего за день:		12,9	0,2	14,6	68,9
		12,9	6,6	27,7	222,8
			6,6	27,7	222,8

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

директор ООО "Золотой курай"
Т. Ш. Урманшина



МЕНЮ
на 9 АПРЕЛЯ 2025 г.
ОВЗ СТ, СВО СТ (12-18 лет)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	11,5	3,8	3,7	95,6
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	3,9	4,9	27,7	170,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	8,9	35,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	550	20,7	9,1	74,4	463,0
Обед					
СУП РИСОВЫЙ С МЕЛКО ШИНКОВАННЫМИ ОВОЩАМИ	250	1,8	3,9	15,1	103,2
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	100	0,5	0,9	3,3	23,9
ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	180	0,0	4,9	0,0	44,5
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	800	7,6	10,2	74,4	421,8
Всего за день:		28,3	19,3	148,8	884,8

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ

УТВЕРЖДАЮ
директор ООО "Золотой курай"

Ш. Урманшина

МЕНЮ
на 9 АПРЕЛЯ 2025 г.
ОВЗ МЛ, СВО МЛ (7 -11 лет)



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	10,1	3,3	3,4	84,4
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	0,6	3,8	0,9	40,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	8,9	35,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,1	9,7	45,9
Итого за прием пищи:	510	14,5	7,4	37,6	275,7
Обед					
СУП РИСОВЫЙ С МЕЛКО ШИНКОВАННЫМИ ОВОЩАМИ	200	1,4	3,1	12,1	82,0
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	80	0,4	0,7	2,7	18,9
ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ СТВАРНЫЕ	150	0,0	4,1	0,0	37,0
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,1	0,1	21,9	89,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	700	6,4	8,3	65,8	365,2
Всего за день:		20,8	15,8	103,4	640,9

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

директор ООО "Золотой Курай"
Ш. Урманшина



МЕНЮ
на 9 АПРЕЛЯ 2025 г.

начальные классы, ММС МЛ (7 -11 лет)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	10,1	3,3	3,4	84,4
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	0,6	3,8	0,9	40,7
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	8,9	35,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,1	9,7	45,9
Итого за прием пищи:	510	14,5	7,4	37,6	275,7

СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

директор ООО "Золотой Курай"
Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ

на 10 АПРЕЛЯ 2025 г.

начальные классы, ММС МЛ (7 -11 лет)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	80				
ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	8,6	9,7	4,3	138,7
ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАСНЫЕ ВИТАМИНКИ"	200	7,3	6,8	33,2	223,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0,1	0,0	0,2	1,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	20	1,5	0,1	9,7	45,9
	510	19,8	16,8	62,1	478,3

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ

УТВЕРЖДАЮ

директор ООО "Золотой курай"
Г. Ш. Урманшина



МЕНЮ
на 9 АПРЕЛЯ 2025 г.
ММС СТ (12-18 лет)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
РЫБА, ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	80	11,5	3,8	3,7	95,6
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	200	3,9	4,9	27,7	170,8
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	8,9	35,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	550	20,7	9,1	74,4	463,0

СОГЛАСОВАНО
Директор МОБУ

2

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Золотой курай"
Ш. Урманшина

МЕНЮ
на 9 АПРЕЛЯ 2025 г.
ДЕТСКИЙ САД (3-7 лет)



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,5	4,0	25,4	155,7
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,8	1,5	11,4	67,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	380	8,5	5,6	51,5	292,0
II Завтрак					
ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ С ВИТАМИНАМИ "ВАЛЕТЕК КЛАССНЫЕ ВИТАМИНКИ"	150	0,1	0,0	0,1	0,7
Итого за прием пищи:	150	0,1	0,0	0,1	0,7
Обед					
СУП РИСОВЫЙ С МЕЛКО ШИНКОВАННЫМИ ОВОЩАМИ	200	1,4	3,1	12,1	82,0
БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	80	0,2	0,4	1,4	10,1
ИЗДЕЛИЯ МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ	130	0,0	3,6	0,0	32,1
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	8,0	32,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	610	4,0	7,2	36,0	225,4
Полдник					
ОЛАДЫ	50	3,7	4,8	20,3	138,9
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	0,4	2,8	0,7	29,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	8,0	32,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	390	6,5	7,7	43,6	269,6
Всего за день:		19,0	20,6	131,2	787,7