

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №10 "Центр образования" _____ (Акмалтдинова Н.Х.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 23.03.2026, МОАУ СОШ №10 "Центр образования", Ротково дс до 3

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
--------------	--------------------	-------	------	--------------	------------------	----------------------

Завтрак

5	Масло сливочное (порциями)		4		33	
150/5	Макароны, запеченные с сыром и маслом	7	7	40	253	
180	Чай с сахаром (2-й вариант)			9	36	
30	Батон Нарезной	2	1	15	79	
370	Итого за Завтрак	9	12	64	401	

2 завтрак

200	Сок 0,2	1		20	92	
200	Итого за 2 завтрак	1		20	92	

Обед

30	Салат из свеклы с яблоками		2	3	26	
150/5	Щи "Новгородские"	10	5	6	108	
60	Митбол с томатным соусом	7	7	7	123	
110	Гречка отварная раесыпчатая	5	4	21	135	
150	Компот из изюма			18	75	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
545	Итого за Обед	25	18	73	555	

Уплотненный полдник

135	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	5	4	24	156	
50	Сдоба обыкновенная	4	3	30	163	
180	Чай с молоком	1	1	11	63	
30	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	2		17	78	
395	Итого за Уплотненный полдник	12	8	82	460	
	Итого за день	47	38	239	1 508	183-00

Заведующий производством

(Калимуллина А. Г.)

Бухгалтер-калькулятор

(Янусова Р.А)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №10 "Центр образования" _____ (Акмалтдинова Н.Х.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 23.03.2026, МОАУ СОШ №10 "Центр образования", Ротково с 3 до 7

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Угледо ы	Калорий ность	Стоимость питания
--------------	--------------------	-------	------	-------------	------------------	----------------------

Завтрак

5	Масло сливочное (порциями)		4		33	
160/5	Макароны, запеченные с сыром и маслом	10	7	41	269	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
35	Батон Нарезной	3	1	18	92	
405	Итого за Завтрак	13	12	69	434	

2 завтрак

130	Сок фруктовый	1		13	60	
130	Итого за 2 завтрак	1		13	60	

Обед

50	Салат из свеклы с яблоками	1	2	4	39	
180/5	Щи "Новгородские"	12	6	7	127	
80	Митбол с томатным соусом	9	10	10	164	
130	Гречка отварная рассыпчатая	5	4	25	159	
180	Компот из изюма			22	90	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
675	Итого за Обед	31	23	91	689	

Уплотненный полдник

135	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	5	4	24	156	
50	Сдоба обыкновенная	4	3	30	163	
180	Чай с молоком	1	1	11	63	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
405	Итого за Уплотненный полдник	13	8	87	486	
	Итого за день	58	43	260	1 669	183-00

Заведующий производством

_____ (Калимуллина А. Г.)

Бухгалтер-калькулятор

_____ (Янусова Р.А)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №10 "Центр
образования" _____ (Акмалтдинова Н.Х.)



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 23.03.2026, МОАУ СОШ №10 "Центр образования", Ротково НШ

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Угледо- ды	Калорий ность	Стоимость питания
--------------	--------------------	-------	------	---------------	------------------	----------------------

Завтрак

185	Макароны отварные с сыром	10	8	41	275	
10	Масло сливочное (порциями)		7		66	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Батон Нарезной	4	1	28	131	
110	Яблоко			23	52	
555	Итого за Завтрак	14	16	102	564	76-96

Обед

60	Салат из свеклы с яблоками	1	5	5	69	
200/5	Щи "Новгородские"	13	6	7	140	
90	Митбол с томатным соусом	10	11	11	185	
150	Гречка отварная рассыпчатая	6	5	29	184	
180	Компот из изюма			22	90	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
750	Итого за Обед	35	28	104	811	102-00

Уплотненный полдник

155	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	6	5	28	179	
60	Манник	4	5	32	190	
200	Чай с молоком	1	2	12	70	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
465	Итого за Уплотненный полдник	15	13	100	569	22-01
	Итого за день	64	57	306	1 944	200-97

Заведующий производством
Бухгалтер-калькулятор

_____ (Калимуллина А. Г.)

_____ (Янусова Р.А.)