

Согласовано:
Директор МОАУ СОШ №10 _____ (Акмалтдинова
Н.Х.)



Утверждаю:
Минязов Р.Н.

Меню

на 23.03.2026, МОАУ СОШ №10, Мл. 1 смена

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

Завтрак

60	Котлеты "Нежные" *	12	9	12	161	
190	Макароны с томатом	7	10	42	289	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			19	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Завтрак	23	20	92	620	76-96

Обед

230/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне с со сметаной	6	7	8	121	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
30/150	Каша гречневая с мясом птицы	19	15	40	373	
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного			32	128	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
700	Итого за Обед	32	23	131	865	83-52
	Итого за день	55	43	223	1 485	

Зав. столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Сайфуллина Э.Т.)

(Шайдуллина Д. М.)

(Шайхуллина А.А.)

Согласовано:
Директор МОАУ СОШ №10 _____ (Акматалиева
Н.Х.)



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 23.03.2026, МОАУ СОШ №10, М.л. 1 смена СВО

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

Завтрак

60	Котлеты "Нежные"*	12	9	12	161	
190	Макароны с томатом	7	10	42	289	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Завтрак	23	20	92	620	76-06

Обед

230/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне с со сметаной	6	7	8	121	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
30/150	Каша гречневая с мясом птицы	19	15	40	373	
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного			32	128	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
700	Итого за Обед	32	23	131	865	86-07
	Итого за день	55	43	223	1485	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

_____ (Сайфуллина Э.Т.)

_____ (Шайдуллина Д. М.)

_____ (Шайхуллина А.А.)

Согласовано:
Директор МОАУ СОШ №10 _____ (Акмалтдинова
Н.Х.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 23.03.2026, МОАУ СОШ №10, СТ 1смена

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

Завтрак

60/40	Котлеты из птицы с соусом томатным	9	12	10	191	
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	
565	Итого за Завтрак	21	19	104	684	100-00

Обед

300/5	ТК Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной	8	6	11	128	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
30/170	Каша гречневая с мясом птицы	20	16	45	413	
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного			32	128	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
810	Итого за Обед	37	23	150	964	92-64
	Итого за день	58	42	254	1 648	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Сайфуллина Э.Т.)

(Шайдуллина Д.М.)

(Шайхуллина А.А.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №10 _____ (Акматалидинова Н.Х.)



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 23.03.2026, МОАУ СОШ №10, Ст. 2 смена

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

Обед

300/5	ТК Щи "Новгородские" на курином бульоне со сметаной	8	6	11	128	
20	Гренки из пшеничного хлеба	2		15	74	
30/170	Каша гречневая с мясом птицы	20	16	45	413	
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного			32	128	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
810	Итого за Обед	37	23	150	964	92-64

Уплотненный полдник

60/40	Котлеты из птицы с соусом томатным	9	12	10	191	
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	
565	Итого за Уплотненный полдник	21	19	104	684	100-00
	Итого за день	58	42	254	1 648	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Саифуллина Э.Т.)

(Шайдуллина Д. М.)

(Шайхуллина А.А.)



Меню

на 23.03.2026, МОАУ СОШ №10, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калории ность	Стоимость питания
Буфет						
250/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне с со сметаной	6	7	9	131	23-00
30/190	Каша гречневая с мясом птицы	18	17	50	421	29-30
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	15-23
190	Макароны с томатом	7	10	42	289	28-49
60/40	Котлеты из птицы с соусом томатным	9	12	10	191	61-08
200	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая молочная	7	6	30	200	25-06
60	Котлеты "Нежные"***	12	9	12	161	67-37
200	Чай с сахаром			10	40	4-80
200	Чай с лимоном			10	42	14-08
200	Чай с молоком	1	2	12	70	18-40
200	Лимонный чайный напиток			14	58	13-72
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного			32	128	11-00
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	4-51
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	6-41
25	Гренки из пшеничного хлеба	3		19	93	5-47
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	9-27
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
30	Мармелат желевый	2		22	93	15-01
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	40-00
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	20-24
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
75	Шоколад Очень молочный	78	343	541	5 570	100-00
75	Шоколад Молочный белый пористый в молочном шоколаде Россия	6	27	40	428	104-88
50	Печенье сахарное "Школьная шпиргалочка"	4	8	34	220	21-00
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
120	Яблоко			25	56	17-75
100	Пирожки печеные с повидлом	6	3	62	291	19-90
<i>Мука пшеничная в с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная повар., Вода, Повидло</i>						
52/50	Сосиски запеченные в тесте	11	14	32	313	48-88
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
31	Зефир в глазури Funn Cat 31г	1	3	22	518	31-45
21	Печенье сахарное Funny Cat	1	4	14	97	18-68
25	Батончик мюсли детский перекус	1	2	20	100	37-06
3 602	Итого за Буфет	228	526	1 321	11 025	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Сайфуллина Э.Т.)

(Шайдуллина Д. М.)

(Шайхуллина А.А.)