

Согласовано:

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



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 06.03.2026, МОАУ СОШ №10 "Центр образования", Ротково дс до 3

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

Завтрак

20	Печенье на кефире	2	3	13	87	
5	Масло сливочное (порциями)		4		33	
150	Каша жидкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом с маслом сливочным	5	6	22	170	
180	Чай с сахаром (2-й вариант)			9	36	
30	Батон Нарезной	2	1	15	79	
385	Итого за Завтрак	9	14	59	405	

2 завтрак

100	Кофейный напиток с молоком	2	2	9	58	
100	Итого за 2 завтрак	2	2	9	58	

Обед

30	Салат овощной с зеленым горошком	1	2	3	35	
150/5	Р. Свекольник со сметаной	9	6	11	140	
150	Курица по-тайски	12	12	33	291	
150	Лимонад лимонный			17	70	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
525	Итого за Обед	25	20	82	624	

Уплотненный полдник

130	ТК Картофель тушеный	3	11	21	195	
60	Плюшки московские	5	8	36	237	
180	Чай с сахаром (2-й вариант)			9	36	
30	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	2		17	78	
400	Итого за Уплотненный полдник	10	19	83	546	
	Итого за день	46	55	233	1 633	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 06.03.2026, МОАУ СОШ №10 "Центр образования", Ротково с 3 до 7

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

Завтрак

24	Печенье сдобное Веселая сгущенка	1	7	8	66	
5	Масло сливочное (порциями)		4		33	
170	Каша жидкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом сливочным	6	7	25	192	
180	Чай с сахаром (2-й вариант)			9	36	
30	Батон Нарезной	2	1	15	79	
409	Итого за Завтрак	9	19	57	406	

2 завтрак

100	Кофейный напиток с молоком	2	2	9	58	
100	Итого за 2 завтрак	2	2	9	58	

Обед

50	Салат овощной с зеленым горошком	1	4	5	59	
180/5	Р. Свекольник со сметаной	11	7	14	166	
160	Курица по-тайски	13	13	36	311	
180	Лимонад лимонный			20	83	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
625	Итого за Обед	29	25	98	729	

Уплотненный полдник

130	ТК Картофель тушеный	3	11	21	195	
60	Плюшки московские	5	8	36	237	
180	Чай с сахаром (2-й вариант)			9	36	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
410	Итого за Уплотненный полдник	11	19	88	572	
	Итого за день	51	65	252	1 765	183-00

Заведующий производством

_____ (Калимуллина А. Г.)

Бухгалтер-калькулятор

_____ (Янусова Р.А.)

Согласовано:

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



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 06.03.2026, МОАУ СОШ №10 "Центр образования", Ротково НШ

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

Завтрак

205	Каша жидкая молочная из хлопьев овсяных "Геркулес" с маслом сливочным	7	9	30	227	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Батон Нарезной	4	1	28	131	
120	Яблоко			25	56	
575	Итого за Завтрак	11	10	93	454	76-96

Обед

60	Салат овощной с зеленым горошком	2	7	6	92	
200/5	Р. Свекольник со сметаной	12	8	15	183	
40/60	Гуляш из мяса птицы	10	11	3	152	
150	Рис отварной	4	4	40	210	
180	Лимонад лимонный			20	83	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
760	Итого за Обед	33	31	114	863	102-00

Уплотненный полдник

150	ТК Картофель тушеный	3	13	24	225	
60	Плюшки московские	5	8	36	237	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
460	Итого за Уплотненный полдник	12	22	98	632	41-04
	Итого за день	56	63	305	1 949	220-00

Заведующий производством

Бухгалтер-калькулятор

_____ (Калимуллина А. Г.)

_____ (Янусова Р.А)