

Согласовано:

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



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 16.03.2026, 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	Пюре из бобовых	15	5	36	247	
180	Чай с сахаром (2-й вариант)			9	36	
30	Батон Нарезной	2	1	15	79	
365	Итого за Завтрак	17	10	60	395	

2 завтрак

120	Яблоко			25	56	
120	Итого за 2 завтрак			25	56	

Обед

30	Икра морковная	1	2	3	37	
150	Суп-лапша домашняя	11	6	9	136	
130	Говядина тушеная с картофелем	10	11	13	194	
150	Кисель из концентрата плодового или ягодного			24	96	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
500	Итого за Обед	25	19	67	551	

Уплотненный полдник

135	Макароны отварные с овощами	5	6	29	190	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
180	Чай с молоком	1	1	11	63	
30	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	2		17	78	
405	Итого за Уплотненный полдник	13	15	94	571	
	Итого за день	55	44	246	1 573	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 16.03.2026, МОАУ СОШ №10 "Центр образования", Ротково с 3 до 7

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

Завтрак

5	Масло сливочное (порциями)		4		33	
170	Пюре из бобовых	16	5	40	271	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
35	Батон Нарезной	3	1	18	92	
410	Итого за Завтрак	19	10	68	436	

2 завтрак

120	Яблоко			25	56	
120	Итого за 2 завтрак			25	56	

Обед

50	Икра морковная	1	4	5	62	
180	Суп-лапша домашняя	13	7	11	164	
150	Говядина тушеная с картофелем	11	13	15	224	
180	Кисель из концентрата плодового или ягодного			29	115	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
610	Итого за Обед	29	25	83	675	

Уплотненный полдник

135	Макароны отварные с овощами	5	6	29	190	
60	Булочка "Росейская"	5	8	37	240	
180	Чай с молоком	1	1	11	63	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
415	Итого за Уплотненный полдник	14	15	99	597	
	Итого за день	62	50	275	1 764	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 16.03.2026, МОАУ СОШ №10 "Центр образования", Ротково НШ

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

Завтрак

185/5	Пюре из бобовых с маслом	19	5	46	309	
10	Сыр (порциями)	3	3		36	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Батон Нарезной	4	1	28	131	
120	Яблоко			25	56	
570	Итого за Завтрак	26	9	109	572	76-96

Обед

60	Икра морковная	1	6	6	85	
200	Суп-лапша домашняя	15	8	13	181	
30/150	Жаркое по-домашнему	12	15	21	268	
180	Кисель из концентрата плодового или ягодного			29	115	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
685	Итого за Обед	33	30	99	792	102-00

Уплотненный полдник

150/5	Макароны, запеченные с сыром и маслом	7	7	40	253	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
200	Чай с молоком	1	2	12	70	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
465	Итого за Уплотненный полдник	17	18	117	693	19-24
	Итого за день	76	57	325	2 057	198-20

Заведующий производством _____

(Калимуллина А. Г.)

Бухгалтер-калькулятор _____

(Янусова Р.А)