

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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 12.05.2026, МОАУ СОШ №10, Мл. 1 смена

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

Завтрак

60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	174	
160	Макаронные изделия отварные	6	6	38	225	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Завтрак	21	16	88	569	76-96

Обед

60	Салат Осенний	1	3	8	65	
250/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне с со сметаной	6	7	9	131	
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	
760	Итого за Обед	31	26	125	866	83-52
	Итого за день	52	42	213	1 435	

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:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 12.05.2026, МОАУ СОШ №10, Мл. 1 смена СВО

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

Завтрак

60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	174	
160	Макаронные изделия отварные	6	6	38	225	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
500	Итого за Завтрак	21	16	88	569	76-96

Обед

60	Салат Осенний	1	3	8	65	
250/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне с со сметаной	6	7	9	131	
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	
760	Итого за Обед	31	26	125	866	86-07
	Итого за день	52	42	213	1 435	

Зав.столовой

(Сайфуллина Э.Т.)

Диспетчер по питанию

(Шайдуллина Д. М.)

Бухгалтер-калькулятор

(Шайхуллина А.А.)

Согласовано:

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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 12.05.2026, МОАУ СОШ №10, СТ 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
24	Печенье сдобное Домашнее (Сладкая Слобода)	1	7	8	66	
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	174	
180	Макаронные изделия отварные	7	5	42	238	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	
559	Итого за Завтрак	24	23	105	688	100-00

Обед

100	Салат Осенний	2	5	13	108	
250/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне с со сметаной	6	7	9	131	
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	
840	Итого за Обед	35	29	146	1 001	92-64
	Итого за день	59	52	251	1 689	

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:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 12.05.2026, МОАУ СОШ №10, Ст. 2 смена

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

Обед

100	Салат Осенний	2	5	13	108	
250/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне с со сметаной	6	7	9	131	
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	
840	Итого за Обед	35	29	146	1 001	92-64

Уплотненный полдник

24	Печенье сдобное Домашнее (Сладкая Слобода)	1	7	8	66	
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	174	
180	Макаронные изделия отварные	7	5	42	238	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	
559	Итого за Уплотненный полдник	24	23	105	688	100-00
	Итого за день	59	52	251	1 689	

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:

Минаязов Р.Н.

Меню

на 12.05.2026, МОАУ СОШ №10, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Буфет						
100	Салат Осенний	2	5	13	108	26-12
250/5	Щи "Новгородские" на курином бульоне с со сметаной	6	7	9	131	23-00
205/5	Каша молочная из пшеничной крупы "Артек" жидкая с маслом	8	7	38	250	29-75
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	174	78-61
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	15-23
30/200	Каша гречневая с мясом птицы	19	17	53	442	30-80
200	Чай с молоком	1	2	12	70	18-40
200	Чай с сахаром			10	40	4-80
200	Чай с лимоном			10	42	14-08
200	Кисель из концентрата плодового или ягодного			32	128	11-00
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	5-83
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	5-63
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	9-27
24	Печенье сдобное Домашнее (Сладкая Слобода)	1	7	8	66	7-41
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	45-00
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	20-24
120	Яблоко			25	56	17-75
100	Пирожки печеные с яблочной начинкой	6	3	50	252	34-90
100	Пирожки печеные с повидлом	6	3	62	291	19-90
Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло растительное, Яйца куриные, Соль поваренная йод.кг, Вода, Повидло						
52/50	Сосиски запеченные в тесте	11	14	32	313	48-88
100	Плюшки московские	8	13	61	394	28-40
Мука пшеничная в/с, Дрожжи сухие, Соль поваренная йод.кг, Сахар, Масло растительное, Яйца куриные, Молоко, Ванилин, Вода, Масло сливочное 72,5% жирности						
3 106	Итого за Буфет	132	129	662	3 996	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Сайфуллина Э.Т.)
(Шайдуллина Д. М.)
(Шайхуллина А.А.)