

Согласовано:

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



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 14.04.2026, МОАУ СОШ №10, Мл. 1 смена

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

Завтрак

190	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным	7	6	35	225	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
500	Итого за Завтрак	16	15	105	615	76-96

Обед

250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	
30/155	Плов из птицы	14	17	43	386	
200	Компот из изюма			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
700	Итого за Обед	26	25	123	813	83-52
	Итого за день	42	40	228	1 428	

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 14.04.2026, МОАУ СОШ №10, Мл. 1 смена СВО

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

Завтрак

190	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным	7	6	35	225	
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
500	Итого за Завтрак	16	15	105	615	76-96

Обед

250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	
30/155	Плов из птицы	14	17	43	386	
200	Компот из изюма			24	100	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
700	Итого за Обед	26	25	123	813	86-07
	Итого за день	42	40	228	1 428	

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 14.04.2026, МОАУ СОШ №10, СТ 1смена

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

Завтрак

10	Сыр (порциями)	3	3		36	
200	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным	7	7	36	229	
100	Булочка "Российская"	8	11	61	371	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
100	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	3	3	5	60	
675	Итого за Завтрак	26	25	142	879	100-00

Обед

300	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	9	8	24	190	
30/180	Плов из птицы	16	19	50	435	
200	Компот из изюма			24	100	
95	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	8	1	52	247	
805	Итого за Обед	33	28	150	972	92-64
	Итого за день	59	53	292	1 851	

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 14.04.2026, МОАУ СОШ №10, Ст. 2 смена

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

Обед

300	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	9	8	24	190	
30/180	Плов из птицы	16	19	50	435	
200	Компот из изюма			24	100	
95	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	8	1	52	247	
805	Итого за Обед	33	28	150	972	92-64

Уплотненный полдник

10	Сыр (порциями)	3	3		36	
200	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным	7	7	36	229	
100	Булочка "Российская"	8	11	61	371	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
100	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	3	3	5	60	
675	Итого за Уплотненный полдник	26	25	142	879	100-00
	Итого за день	59	53	292	1 851	

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 14.04.2026, МОАУ СОШ №10, Буфет

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

Буфет

20	Сыр (порциями)	5	6		73	20-26
250	Суп-лапша домашняя* на курином бульоне	7	7	20	158	25-68
225	Каша вязкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным	8	7	44	276	30-27
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	12-97
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	174	78-61
30/200	Плов из птицы	16	20	56	472	33-36
200	Чай с лимоном			10	42	14-08
200	Чай с сахаром			10	40	4-80
200	Чай с молоком	1	2	12	70	18-40
200	Компот из изюма			24	100	15-56
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
100	Йогурт детский питьевой (витаминизированный)	3	3	5	60	28-90
60	Булочка "Российская"	5	8	37	240	14-16
100	Булочка "Российская"	8	11	61	371	22-24
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
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
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
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
14	Вафли Тигренок	1	4	9	71	12-46
120	Яблоко			25	56	17-75
100	Пирожки печеные с яблочной начинкой	6	3	50	252	34-90
52/50	Сосиски запеченные в тесте	11	14	32	313	48-88
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
3 248	Итого за Буфет	217	513	1 246	10 550	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Сайфуллина Э.Т.)

(Шайдуллина Д. М.)

(Шайхуллина А.А.)