

Согласовано:

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



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 03.03.2026, 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	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	6	5	28	179	
180	Чай с молоком	1	1	11	63	
30	Батон Нарезной	2	1	15	79	
365	Итого за Завтрак	9	11	54	354	

2 завтрак

200	Сок 0,2	1		20	92	
200	Итого за 2 завтрак	1		20	92	

Обед

30	Салат из свеклы отварной		2	3	30	
150/5	Рассольник домашний со сметаной	8	6	10	127	
30/30	Птица тушеная	13	13	2	176	
110	Гречка отварная рассыпчатая	5	4	21	135	
150	Компот из свежих яблок			12	50	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
545	Итого за Обед	29	25	66	606	

Уплотненный полдник

135	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным	5	4	59	295	
60	Ватрушка с повидлом	4	2	40	192	
180	Чай с сахаром (2-й вариант)			9	36	
30	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	2		17	78	
405	Итого за Уплотнённый полдник	11	6	125	601	
	Итого за день	50	42	265	1 653	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 03.03.2026, 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	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	6	6	31	197	
200	Чай с молоком	1	2	12	70	
35	Батон Нарезной	3	1	18	92	
410	Итого за Завтрак	10	13	61	392	

2 завтрак

130	Сок фруктовый	1		13	60	
130	Итого за 2 завтрак	1		13	60	

Обед

30	Салат из свеклы отварной		2	3	30	
180/5	Рассольник домашний со сметаной	10	7	11	150	
30/30	Птица тушеная	13	13	2	176	
130	Гречка отварная рассыпчатая	5	4	25	159	
180	Компот из свежих яблок			18	60	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
635	Итого за Обед	32	27	82	685	

Уплотненный полдник

155	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным	5	5	28	177	
60	Ватрушка с повидлом	4	2	40	192	
180	Чай с сахаром (2-й вариант)			9	36	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
435	Итого за Уплотненный полдник	12	7	99	509	
	Итого за день	55	47	255	1 646	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 03.03.2026, МОАУ СОШ №10 "Центр образования", Ротково НШ

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

Завтрак

210	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы "Артек" с маслом сливочным	8	7	38	245	
10	Масло сливочное (порциями)		7		66	
10	Сыр (порциями)	3	3		36	
200	Чай с молоком	1	2	12	70	
50	Батон Нарезной	4	1	28	131	
480	Итого за Завтрак	16	20	78	548	76-96

Обед

60	Помидоры свежие	1		2	14	
200/5	Рассольник домашний со сметаной	11	8	13	166	
45/45	Птица тушеная	20	19	3	264	
150	Гречка отварная рассыпчатая	6	5	29	184	
180	Компот из свежих яблок			18	60	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
750	Итого за Обед	43	33	95	831	102-00

Уплотненный полдник

155	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом сливочным	5	5	28	177	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
405	Итого за Уплотненный полдник	9	6	66	347	41-04
	Итого за день	68	59	239	1 726	220-00

Заведующий производством _____

(Калимуллина А. Г.)

Бухгалтер-калькулятор _____

(Янусова Р.А.)