



/Аракчаа С.Т./

Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корп День 05.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Суп молочный	200		205,64	6,6	8,2	26,3
	гор.напиток		Чай с сахаром	200		399,12	0	0	9,983
	хлеб	376	Хлеб пшеничный	30		79,6	2,16	0,52	16,4
						684,36	8,76	8,72	52,683
					19,11				
Обед									
	1 блюдо	102	Суп гороховый с мясом	225		146,48	7,34	5,263	17,352
	2 блюдо	168	Каша молочная пшеничная	225		227,84	32,8	30,1	32,9
	сладкое								
	гор.напиток		Чай с лимоном	200		39,912	0	0	9,983
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					573,432	44,46	36,403	93,035
					64,54				

Утверждаю:
 Директор  Аракчаа С.Т./



Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	115	Каша овсяная	200		3,07	10,44	11,11	41,3
	гор.напиток	395	Кофейный напиток	200		65	52,6	25	4,8
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		79,6	2,16	0,52	16,4
							147,67	65,2	36,63
					19,11				
Обед	1 блюдо	82М	Борщ	225		86,07	1,823	4,65	9,047
	2 блюдо	265М	Плов	180		410,67	21,09	21,626	32,852
	сладкое								
	гор.напиток		Напиток из плодов шиповника	200		76,75	0,68	0,28	14,65
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					732,69	27,913	27,596	89,349
						64,54			

Утверждаю:
 Директор _____ /Арапча С.Т./



Десятидневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	200	Суп уха с рыбными консервами	250		167,25	8,61	8,4	14,34
	2 блюдо	486	Рыба	75		150	13,87	7,85	6,53
	гарнир		Перловка	180		210,5	8,104	4,37	34,609
	сладкое	382М	Какао с молоком	200		85,51	3,88	3,1	10,198
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					772,46	38,784	24,76	98,477
						64,54			

Утверждаю:
 Директор _____ /Аракча С.Т./



Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	115	Каша ячневая	150		180,64	5,29	4,88	28,93
	гор.напиток	376М	Чай с сахаром	200		59,85	0	0	14,97
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		79,6	2,16	0,52	16,4
						320,09	7,45	5,4	60,3
					19,11				
Обед	сладкое								
	1 блюдо	200	Суп уха с рыбными консервами	250		167,25	8,61	8,4	14,34
	2 блюдо	486	Рыба	75		150	13,87	7,85	6,53
	гарнир		Перловка	180		210,5	8,104	4,37	34,609
	гор.напиток	382М	Какао с молоком	200		85,51	3,88	3,1	10,198
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					772,46	38,784	24,76	98,477
					64,54				

Утверждаю:
 Директор:  /Аракчаа С.Т./



Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша манная	200		158,64	6,24	6,1	19,7
	гор.напиток	395	Кофейный напиток	200		65	32,6	25	4,8
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		79,6	2,16	0,52	16,4
							303,24	41	31,62
					19,11				
Обед	закуска								
	1 блюдо	96М	Рассольник	225		128,425	7,488	3,209	17,446
	2 блюдо								
	гарнир		Макаронные изделия с овощами	180		172,814	3,911	5,641	26,476
	сладкое	274	Кисель	200		116,15	1,36	0	29,02
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					64,54	576,589	17,079	9,89



Утверждаю:
МБОУ СОШ №2
12.09.2022

/Аракчаа С.Т./

Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа **МБОУ СОШ № 2 г.Турана**

Отд./корп

День

12.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Суп молочный	200		205,64	6,6	8,2	26,3
	гор.напиток		Чай с сахаром	200		399,12	0	0	9,983
	хлеб	376М	Хлеб пшеничный	30		79,6	2,16	0,52	16,4
						684,36	8,76	8,72	52,683
					19,11				
Обед	1 блюдо	102М	Суп карт.гороховый с мясом	225		146,48	7,34	5,263	17,352
	2 блюдо	168	Каша молочная пшеничная	225		227,84	32,8	30,1	32,9
	сладкое								
	гор.напиток		Чай с лимоном	200		39,912	0	0	9,983
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					573,432	44,46	36,403	93,035
						64,54			



Десятидневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Аракчаа С.Т./

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корп

День 13.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	82М	Борщ			86,07	1,823	4,65	9,047
	2 блюдо	287	Тефтели мясные	225					
	гарнир	341М	Каша гречневая рассыпчатая	80		141,2	16,9	1,7	21,9
	сладкое	388М	Напиток из плодов шиповника	180		230,165	8,104	5,737	36,609
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	200		76,75	0,68	0,28	14,65
	хлеб черн.			60		159,2	4,32	1,04	32,8
					64,54	693,385	31,827	13,407	115,006

Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ №2 г.Турана / Аракчаа С.Т./



Десятидневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	200	Суп уха с рыбными консервами	250		167,25	8,61	8,4	14,34
	2 блюдо	486	Рыба	75		150	13,87	7,85	6,53
	гарнир		Перловка	180		210,5	8,104	4,37	34,609
	сладкое	382М	Какао с молоком	200		85,51	3,88	3,1	10,198
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					772,46	38,784	24,76	98,477
						64,54			

Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран



Утверждаю: СОШ №2
 Директор Аракчаа С.Т./

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

День

15.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	115	Каша ячневая						
	гор.напиток	376М	Чай с сахаром	150		180,64	5,29	4,88	28,93
	хлеб		Хлеб пшеничный	200		59,85	0	0	14,97
				30		79,6	2,16	0,52	16,4
						320,09	7,45	5,4	60,3
					19,11				
Обед	сладкое								
	1 блюдо	200	Суп уха с рыбными консервами	250		167,25	8,61	8,4	14,34
	2 блюдо	486	Рыба	75		150	13,87	7,85	6,53
	гарнир		Перловка	180		210,5	8,104	4,37	34,609
	гор.напиток	382М	Какао с молоком	200		85,51	3,88	3,1	10,198
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.					772,46	38,784	24,76	98,477
					64,54				



Утверждаю:
 Директор Г. Ибрагимова С.Т./

Десятидневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корп День 16.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша овсяная молочная	200		3,07	10,44	11,11	41,3
	гор.напиток	395	Кофейный напиток	200		65	32,6	25	4,8
	хлеб		Хлеб пшеничный	30		79,6	2,16	0,52	16,4
						147,67	45,2	36,63	62,5
					19,11				
Обед	закуска								
	1 блюдо	96М	Рассольник	225		128,425	7,488	3,209	17,446
	2 блюдо								
	гарнир		Картофельное пюре с овощами	180		172,814	3,911	5,641	26,476
	сладкое		Каркаде напиток	200		116,15	1,36	0	29,02
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.				64,54	576,589	17,079	9,89	105,742

Утверждаю:
Директор



Десятидневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

День

17.09.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска								
	1 блюдо	103М	Суп картофельный с вермешелью	225		107,6	2,593	2,414	14,788
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое		Яблоки	100		47	0,4	0,4	9,8
	хлеб бел.		Сок фруктовый	200		92	1	0,2	20
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	60		159,2	4,32	1,04	32,8
						64,54	405,8	8,313	4,054

