

Утверждаю:
 Директор: _____ /Арақва 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	102М	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
	гарнир		Мандарины	100		47	0,4	0,4	9,8
	сладкое	377М	Чай с лимоном	7/200		39,912	0	0	9,983
	хлеб бел.	1Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.								
						85,25			

Утверждаю
 Директор



МБОУ СОШ №2
 г.ТУРАНА /Арапчаа С.Т./

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

Школа **МБОУ СОШ №2 г.Турана** Отд./корп **5-9 кл.** День **19.12.2022**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	3 М	Суп молочный с макаронными изделиями	0		205,64	6,6	8,2	26,3
	гор.напиток	376 М	Чай с сахаром	200		28	0,2	0,01	14
	хлеб	1 Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
			15 Сыр (Российский)	15		54,6	3,48	4,43	0
						20,00			
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	377 М	Чай с лимоном	7/200		39,912	0	0	9,983
	хлеб бел.	1 Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.					63,65			

Утверждаю:  /Аракчаа С.Т./
 Директор

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		Мини круассаны из сливочного крема	100		410	6,5	19	52
	1 блюдо	82М	Борщ с мясом со сметаной	350		247,8	3,3	2,478	2,478
	2 блюдо	178	Бефстроганов из говядины	80		152,26	3,1	4,04	3,1
	гарнир	55	Каша гречневая рассыпчатая	150		255,33	6,68	4,61	4,83
	сладкое	388М	Напиток из плодов шиповника	200		125	0,385	0,17	20,35
	хлеб бел.	1Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.								
						85,25			

Утверждаю
 Директор _____ /Аракчаа С.Т./



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

Школа **МБОУ СОШ №2 г.Турана** Отд./корп **5-9 кл.** День **20.12.2022**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	100	Каша овсяная	250		330	10,2	12,3	44,5	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток	200		175	7,2	7,2	23,17	
	хлеб	1 Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62	
			284	Масло сливочное	20		150	0	16,4	0,2
						20,00				
Обед										
	1 блюдо	82М	Борщ со сметаной	350		281,6	5,6	2,816	2,816	
	2 блюдо	178М	Бефстроганов из говядины	100		190,58	6,38	5,05	3,87	
	гарнир	341М	Каша гречневая рассыпчатая	180		290,79	8,02	5,53	50,19	
	гор.напиток		Напиток из плодов шиповника	200		125	0,385	0,17	20,35	
	хлеб бел.	1 Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62	
	хлеб черн.					63,65				

Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №2 г.Турана /Арапча 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 манная молочная	250		220	4,8	8,2	30
	гор.напиток	274	Кисель	200		116,15	1,36	2	29,09
	хлеб		Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
		209	Яйцо отварное	40		63	5,1	4,6	0,3
					20,00				
	1 блюдо	103	Суп картофельный с вермешелью с говядиной	225		107,6	2,593	2,414	14,788
	2 блюдо	161	Котлеты	100		166,72	4,2	4,37	10,22
	гарнир	341	Рис отварной	180		145,95	1,7	7,69	31,15
	сладкое		Компот из сухофруктов	200		116	0,78	0,06	28,22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.								
						63,65			

Утверждаю
 Директор _____ /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		Мягкие вафли с кремом вареная сгущенка (Яшкино)	100		400	6	20	50
	1 блюдо	200	Суп уха с рыбными консервами	250		167,25	8,61	8,4	14,34
	2 блюдо	59	Рыба припущенная со сметанным соусом	120		293,75	30,42	18,57	3,2
	гарнир		Макаронные изделия	180		193,48	4,5	2,96	21,63
	сладкое	382М	Какао с молоком	200		85,51	3,88	3,1	10,198
	хлеб бел.	1Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.								
						85,25			

Утверждаю:
Директор:  /Аракчаа С.Т./



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

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корп День 22.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	115	Каша ячневая	250		180,64	5,29	4,88	28,93
	гор.напиток	376М	Чай с сахаром	200		59,85	0	0	14,97
	хлеб		Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
		284	Масло сливочное	10		0,07	7,24	0,08	64
						20,00			
Обед	сладкое								
	1 блюдо	200	Суп уха с рыбными консервами	250		167,25	8,61	8,4	14,34
	2 блюдо	59	Рыба припущенная со сметанным соусом	120		293,75	30,42	18,57	3,2
	гарнир		Макаронные изделия	180		193,48	4,5	2,96	21,63
	гор.напиток	382М	Какао с молоком	200		85,51	3,88	3,1	10,198
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.								
						63,65			

Утверждаю
 Директор _____ /Арапчаев 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		Печенье	100		470	7	18	71
	1 блюдо	96М	Рассольник по ленинградски из говядины	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		Кисель	200		116,15	1,36	0	29,02
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.								
						85,25			

Утверждаю:
Директор



/Аракча С.Т./

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

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

День

23.12.2022

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша кукурузная	250		184	6,21	5,28	27,9
	гор.напиток		Сок фруктовый	200		92	1	0,2	20
	хлеб		Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
			Икра кабачок						
					20,00				
Обед	закуска								
	1 блюдо	96М	Рассольник по-ленинградски из говядины	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		Кисель	200		116,15	1,36	2	29,09
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.								
						63,65			

