

Утверждаю: _____
 Директор: _____ / Арапова 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		Щи	225		86,07	1,823	4,65	9,047
	2 блюдо	178М	Бефстроганов из курицы	100		190,58	6,38	5,05	3,87
	гарнир	341М	Каша гречневая рассыпчатая	180		290,79	8,02	5,53	50,19
	сладкое		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.			655		1252,8	26,855	29,38	183,03
						85,25			

Утверждаю:
 Директор _____ /Арапча 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 **02.05.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша геркулес	250		205,64	6,6	8,2	26,3
	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
				545		707	19	32	87
					20,00				
Обед				225		86,07	1,823	4,65	9,047
	1 блюдо		Щи	100		190,58	6,38	5,05	3,87
	2 блюдо	178М	Бефстроганов из курицы	180		290,79	8,02	5,53	50,19
	гарнир	341М	Каша гречневая рассыпчатая	200		125	0,385	0,17	20,35
	гор.напиток		Напиток из плодов шиповника	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб бел.	1 Ж	Хлеб пшеничный	780		868,87	21,678	16,03	121,077
	хлеб черн.					63,65			

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



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

Школа **МБОУ СОШ № 2 г.Турана** Отд./корп День **03.05.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Суп молочный	250		184	6,21	5,28	27,9
	гор.напиток		Кисель	200		116,15	1,36	2	29,09
	хлеб		Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
		209	Яйцо	40		63	5,1	4,6	0,3
						20,00			
Обед	закуска								
	1 блюдо		Суп крестьянский	225		128,425	7,488	3,209	17,446
	2 блюдо	22	Салат свекольный	100		133,28	1,4	10,08	9,22
	гарнир		Картофельное пюре	180		172,814	3,911	5,641	26,476
	сладкое		Компот	200		116	0,78	0,6	28,22
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.			780		726,949	18,649	20,16	118,982
						63,65			

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 **04.05.2023**

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		28	0,2	0,01	14
	хлеб		Хлеб пшеничный	75		79,6	2,16	0,52	16,4
			Масло сливочное	20		176,43	5,07	0,63	37,62
				545		465	13	6	97
					20,00				
Обед	сладкое								
	1 блюдо	102М	Суп гороховый с мясом	350		228,42	14,69	6,91	38,45
	2 блюдо		Сардельки	100		10,4	20	21,2	224
	гарнир	341	Рис припущенный	180		145,95	1,7	7,69	31,15
	гор.напиток		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.			905		646,71	45,34	39,53	341,418
					63,65				

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



Двенадцатидневное 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	103М	Суп с лапшой	225		107,6	2,593	2,414	14,788
	2 блюдо								
	гарнир			100		114	1,8	0,24	26,1
	сладкое		Мандарины	200		116	0,78	0,6	28,22
	хлеб бел.		Компот	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	585		496,8	9,713	3,894	93,688
						85,25			

Утверждаю:
 Директор  / Д. Сайнаа 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 **10.05.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Суп молочный	250		184	6,21	5,28	27,9
	гор.напиток		Кисель	200		116,15	1,36	2	29,09
	хлеб	1 Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
		209	Яйцо	40		63	5,1	4,6	0,3
				565		540	18	13	95
					20,00				
Обед									
	1 блюдо		Суп крестьянский	225		128,425	7,488	3,209	17,466
	2 блюдо	341М	Макаронные изделия	180		85,81	3,88	3,1	10,198
	гарнир	22	Салат весенний	100		133,28	1,4	10,08	9,22
	гор.напиток		Компот	200		116	0,78	0,6	28,22
	хлеб бел.	1 Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.			780		639,945	18,618	17,619	102,724
					63,65				

Утверждаю
 Директор /Аракчаа С.Т./



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

Школа **МБОУ СОШ № 2 г.Турана** Отд./корп День **12.05.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска		Печенье	100		470	7	18	71
	1 блюдо		Суп гороховый с мясом	225		146,48	7,34	5,263	17,352
	2 блюдо	265M	Плов	180		410,67	21,09	21,626	32,852
	гарнир								
	сладкое	274	Кисель	200		116,15	1,36	2	29,09
	хлеб бел.	1Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.			680		849,73	34,86	29,519	116,914
						85,25			



Двенадцатидневное 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					107,6	2,593	2,414	14,788
	1 блюдо	103М	Суп с лапшой	225					
	2 блюдо								
	гарнир			100		114	1,8	0,24	26,1
	сладкое		Мандарины	200		116	0,78	0,6	28,22
	хлеб бел.		Компот	60		159,2	4,32	1,04	32,8
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	585		496,8	9,713	3,894	93,688
						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 **13.05.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Бутерброд с маслом	40		136	6,08	3,44	19
	гор.напиток		Чай с молоком	200		39,912	0	0	9,983
	хлеб	1Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
				315		352	11	4	67
					20,00				
Обед	закуска	103М	Суп с лапшой	225		107,6	2,593	2,414	14,788
	1 блюдо								
	2 блюдо								
	сладкое		Мандарины	100		114	1,8	0,24	26,1
	напиток		Компот	200		116	0,78	0,6	28,22
	хлеб бел.	1Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.			600		514,03	10,243	3,884	106,728
						63,65			