

Утверждаю:  
 Директор \_\_\_\_\_ Арапчаа 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		Щи	225		86,07	1,823	4,65	9,047
	2 блюдо	168	Каша молочная пшенная	220		245,95	6,81	10,98	29,43
	гарнир								
	сладкое	377М	Чай с лимоном	200		114,6	9,02	2,28	
	хлеб бел.	1 Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.								
						85,25			

Утверждаю  
 Директор *Араканова С.Т.*



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

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

День

04.09.2023

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		Чай с сахаром	200		116,15	1,36	2	29,09
	хлеб		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	закуска								
	1 блюдо		Щи	225		86,07	1,823	4,65	9,047
	2 блюдо	168	Каша молочная пшенная	220		245,95	6,81	10,98	29,43
	гарнир								
	сладкое	377М	Чай с лимоном	200		114,6	0,78	0,6	28,22
	хлеб бел.	1Ж	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

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

День

05.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска		Печенье	100		470	7	18	71
	1 блюдо		Суп картофельный с вермешелью	225		107,6	2,593	2,414	14,788
	2 блюдо		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  Отд./корп

День

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	3М	Каша манная	250		205,64	6,6	8,2	26,3
	гор.напиток		Чай каркаде	200		59,58	0	0	14,97
	хлеб	1Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
			Яйцо	15		54,6	3,48	4,43	0
						20,00			
Обед				225		128,425	7,488	3,209	17,446
	1 блюдо		Суп крестьянский	180		410,67	21,09	21,626	32,852
	2 блюдо	265	Плов						
	сладкое			200		116	0,78	0,6	28,22
	гор.напиток		Компот	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб бел.	1Ж	Хлеб пшеничный						
	хлеб черн.					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 **08.09.2023**

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска		Мандарины	100		114	1,4	0,24	26,1
	1 блюдо		Борщ	200		92,4	1,7	4,9	10,4
	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	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.			755		691,074	13,441	23,251	112,806
						85,25			

Утверждаю:  
 Директор /Аражаа С.Т./



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

Школа  Отд./корп  День

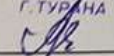
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша молочная кукурузная	230		222,3	5,8	6,9	34,3
	гор.напиток	379	Кофейный напиток	200		175	7,2	7,2	23,17
	хлеб		Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
		284	Масло сливочное	20		150	0	16	0
						20,00			
1 блюдо	82М		Борщ со сметаной	225		86,07	1,823	4,65	9,047
	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		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			



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		яйцо отварное	225		82	2,64	0,198	6,14
	1 блюдо	103М	Суп с лапшой	225		262	2,593	2,414	14,788
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое		Яблоко	200		116	0,8	0,8	19,6
	хлеб бел.		Сок фруктовый	200		118	1	0,2	20
	хлеб черн.		Хлеб пшеничный	60		176,43	4,32	1,04	32,8
				910	0	754,43	11,353	4,652	93,328
						85,25			

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		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
				<b>315</b>		<b>352</b>	<b>11</b>	<b>4</b>	<b>67</b>
					20,00				
Обед	закуска		Яйцо отварное	225		82	2,64	0,198	6,14
	1 блюдо	103М	Суп с лапшой	225		262	2,593	2,414	14,788
	2 блюдо								
	сладкое		Яблок	200		116	0,8	0,8	19,6
	напиток		Сок фруктовый	200		118	1	0,2	20
	хлеб бел.	1Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.			<b>925</b>		<b>754,43</b>	<b>12,103</b>	<b>4,242</b>	<b>98,148</b>
						63,65			





Утверждаю:  
 Директор \_\_\_\_\_ /Арапчаа 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		Суп молочный	250		184	6,21	5,28	27,9
	гор.напиток		Чай с сахаром	200		116,15	1,36	2	29,09
	хлеб		Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
		15	Сыр (Российский)	15		54,6	3,48	4,43	0
						20,00			
	1 блюдо		Борщ	200		92,4	1,7	4,9	10,04
	2 блюдо	168	Каша молочная пшенная	220		245,95	6,81	10,98	29,43
	гарнир								
	сладкое	377М	Чай с лимоном	200		114,6	0,78	0,6	28,22
	хлеб бел.	1Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.			695		629,38	14,36	17,11	105,31
					63,65				



Утверждаю:  
Директор: /Арафа 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

12.09.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо		Каша овсяная	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
						20,00			
	1 блюдо	102	Суп гороховый с мясом	350		228,42	14,69	6,91	38,45
	2 блюдо		Бигус	180		149,7	4,65	5,32	20,03
	гарнир								
	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:  /Аракян 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		Бананы	120		115,2	1,8	0,6	25,2
	1 блюдо		Суп крестьянский	225		128,425	7,488	3,209	17,446
	2 блюдо		Тефтели мясные	180		410,67	21,09	21,626	32,852
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	180		290,79	8,02	5,53	50,19
	сладкое		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.			845		765,4	35,59	20,8	120,92
						85,25			





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 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
						20,00			
1 блюдо		200	Суп уха с рыбными консервами	200		167,25	8,61	8,4	14,34
	2 блюдо	59	Рыба запеченная в сметанном соусе	100		257,8	15,3	19,9	4,4
	гарнир	341	Макаронные изделия	180		85,81	3,88	3,1	10,198
	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.								
						63,65			







Утверждаю:  
 Директор /Авазба 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		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
				<b>315</b>		<b>352</b>	<b>11</b>	<b>4</b>	<b>67</b>
					20,00				
Обед	закуска		Яйцо отварное	225		82	2,64	0,198	6,14
	1 блюдо	103М	Суп с лапшой	225		262	2,593	2,414	14,788
	2 блюдо								
	сладкое		Мандарины	100		114	1,4	0,24	26,1
	напиток		Сок фруктовый	200		118	1	0,2	20
	хлеб бел.	1Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.			<b>825</b>		<b>752,43</b>	<b>12,703</b>	<b>3,682</b>	<b>104,648</b>
						63,65			