

Утверждаю:
 Директор _____ / Арақша С.Т. /



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

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

День 02.10.2023

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:  / Арзача 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		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.								
						85.25			

Утверждаю:
 Директор  /Арабаева С.Т./



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

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корп День 04.10.2023

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:  / Аракчеева 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		Мандарины	100		114	1,4	0,24	26,1
	1 блюдо		Суп гороховый с мясом	225		146,48	7,34	5,263	17,352
	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.								
						85,25			



Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ №2 г.Турана / 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 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	Суп гороховый с мясом	225		146.48	7.34	5.263	17.352
	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			

Утверждаю:

Директор



Авакчаа 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 МБОУ СОШ №2 г.Турана / Аракчаа С.Т. /

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

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корп День 10.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска		Печенье	100		470	7	18	71
	1 блюдо	102М	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								
	сладкое		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 _____ /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		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./

Утверждаю:
Директор _____

/Аракчаа С.Т./



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

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

Отд./корп

№

День

11.10.2023

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Выход, г	Блюдо	Калорийность	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо	3М	250	Каша манная	205.64	6.250	8.2	26.3	205.64	6.6	8.2	26.3
	гор.напиток		200	Чай каркаде	59.58	200	0	14.97	59.58	0	0	14.97
	хлеб	1Ж	75	Хлеб пшеничный	176.43	5.0775	0.63	37.62	176.43	5.07	0.63	37.62
			15	Яйцо	54.6	3.4815	4.43	0	54.6	3.48	4.43	0
					20.00			20.00				
1 блюдо			225	Суп крестьянский	128.425	7.48125	3.209	17.446	128.425	7.488	3.209	17.446
	2 блюдо		180	Тефтели мясные	410.67	21.0180	21.826	32.852	410.67	21.09	21.626	32.852
	сладкое		180	Каша гречневая рассыпчатая	290.79	8.0180	5.53	50.19	290.79	8.02	5.53	50.19
	гор.напиток		200	Компот	116	0.7200	0.6	28.22	116	0.78	0.6	28.22
	хлеб бел.	1Ж	75	Хлеб пшеничный	176.43	5.0775	0.63	37.62	176.43	5.07	0.63	37.62
	хлеб черн.				63.65			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

12.10.2023

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
						20.00			
1 блюдо	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 МБОУ СОШ №2 г.Турана / Агаева 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		Яблоко	200		116	0,8	0,8	19,6
	1 блюдо	96М	Рассольник из говядины	225		128,425	7,488	3,209	17,446
	2 блюдо	22	Салат с капустой	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.								
						85,25			

Утверждаю:

Директор МБОУ СОШ №2 / Арахова С.Т. /



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

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

День

13.10.2023

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	96М	Рассольник из говядины	225		128.425	7.488	3.209	17.446
	2 блюдо	22	Салат с капустой	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.								
						63.65			

Утверждаю:

Директор



Абрамча С.Т./

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

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

День

14.10.2023

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		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.			825		752.43	12.703	3.682	104.648
						63.65			