

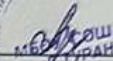
Утверждаю:
 Директор /Араха С.Т./



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

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		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:  /Аракчеева 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			
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



Абажчаа 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 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 _____ /Арайча 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		Суп крестьянский	225		128,425	7,488	3,209	17,446
	2 блюдо	265M	Плов	180		410,67	21,09	21,626	32,852
	гарнир								
	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.								
						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	1 блюдо		Суп крестьянский	225		128,425	7,488	3,209	17,446
	2 блюдо	265	Плов	180		410,67	21,09	21,626	32,852
	сладкое								
	гор.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.								
						63,65			

Утверждаю:  / Арафат А.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		Мандарины	100		114	1,4	0,24	26,1
	1 блюдо	200	Суп уха с рыбными консервами	200		167,25	8,61	8,4	14,34
	2 блюдо		Сардельки	100		179	8	16	17
	гарнир	341М	Макаронные изделия	180		85,81	3,88	3,1	10,198
	сладкое	382М	Какао с молоком	200		205,6	5,8	5,8	34,4
	хлеб бел.	1Ж	Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
	хлеб черн.								
						85,25			

Утверждаю:
 Директор  / Валиева 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			
Обед	сладкое								
	1 блюдо	200	Суп уха с рыбными консервами	200		167,25	8,61	8,4	14,34
	2 блюдо		Сардельки	100		10,4	20	21,2	224
	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 /Арабаев С.Т./



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

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

День

10.11.2023

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		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 / Абакчаа 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 / Араваа 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
				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		Яблоко	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.								
						63,65			

Утверждаю
 Директор /Арапова С.Т./



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

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

День

13.11.2023

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				
	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:  /Аракча 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	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 _____ /Арабаева 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 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			

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

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп

День

15.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ реч.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска		Мандарины	100		114	1,4	0,24	26,1
	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.					765,4	35,59	20,8	120,92
					845				
						85,25			



Директор
Ибрагимова С.Т./

Утверждаю
 Директор / *Арашва 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			
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
	сладкое		Каша гречневая рассыпчатая	180		290,79	8,02	5,53	50,19
	гор.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.								
						63,65			

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

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корт


День

16.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ п/п	Наименование	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
1 блюдо			Рыбнок	200		116	0,8	0,8	19,6
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		341M	Макаронные изделия	180		85,81	3,88	3,1	10,198
сладкое		382M	Какао с молоком	200		205,6	5,8	5,8	34,4
хлеб бел.			Хлеб пшеничный	75		176,43	5,07	0,63	37,62
хлеб черн.									
					85,25				

Утверждаю
Директор
Краска С.Т./



Утверждаю:
 Директор  Аввакчаа 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: СОШ №2
 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 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	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			

Двенадцатидневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Турана



Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корт День 18.11.2023

Прием пищи	Раздел	№ рецеп.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Обед	закуска	103М	яицо отварное	225	82	2,64	0,198	6,14	
	1 блюдо		Суп с лапшой	225	262	2,593	2,414	14,788	
	2 блюдо								
	гарнир								
	сладкое		Яблоч	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	754,43	11,353	4,652	93,328	
					85,25	0			

