

Утверждаю:
 Директор
 [Подпись]
 МБОУ СОШ №2 г.Турана

Утверждаю:
 Директор
 [Подпись]
 МБОУ СОШ №2 г.Турана



12-ти дневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп 7-11

День 05.11.2024

Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	хлеб									
Обед	закуска	20	56	Салат из моркови с огурцами и зел горош						
	1 блюдо	55	124	Щи из свежей капусты	60		57	1	4,5	2,7
	2 блюдо	148	94	Бефстроганов из говядины	250		103	2	0,2	8,8
	гарнир	183	207	Каша гречневая рассыпчатая	100		210	16,2	15,1	2,1
	напиток	313	686	Чай с лимоном	180/5		312	10,6	6,8	46,3
	хлеб бел.	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	200		38	0,2	0	9,3
	хлеб черн.				100		246	7,9	1	48,3
							93,00			

12-ти дневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Утверждаю:
 Директор / Аракчаа С.Т./



Школа		МБОУ СОШ № 2 г.Турана			Отд./корп	7-11	День					06.11.2024
Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо											
	гор.напиток											
	хлеб											
Обед	закуска	49	7	Икра кабачковая								
	1 блюдо	58	110	Борщ с капустой и картофелем	60		51	0,8	3,1	4,4		
	2 блюдо	119	443	Плов из говядины	250		119	2	6,2	12,9		
	сладкое	53	106А	Бульон костный	250		509	26,1	25,2	42,2		
	напиток	310	639	Компот из смеси сухофруктов			227	33,3	9,2	1,7		
	хлеб бел.	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	200		123	0,5	0,1	30,9		
	хлеб черн.				100		246	7,9	1	48,3		
							93,00					

Утверждаю: _____
 Директор: _____ /Аракчаа С.Т./



12-ти дневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа		МБОУ СОШ № 2 г.Турана			Отд./корп	7-11					День	07.11.2024	
Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	гор.блюдо												
	гор.напиток												
	хлеб												
Обед	закуска	21	40	Салат витаминный									
	1 блюдо		73	Суп уха	60		62	0,1	3	7,1			
	2 блюдо	80	374	Рыба тушеная в томате с овощами	250		104	8,4	2,3	11,5			
	гарнир	184	297	Каша перловая рассыпчатая	180/5		229	5,5	4,7	38			
	напиток	307	383	Какао с молоком	200		229	5,5	4,7	38			
	хлеб бел.	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	200		100	3,6	3,3	13,7			
	хлеб черн.				100		246	7,9	1	48,3			
							93,00						



Утверждаю: МБОУ СОШ №2 г.ТУРАНА
 Директор: Арапчаева С.Т./

12-ти дневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа		МБОУ СОШ № 2 г.Турана			Отд./корп	7-11	День					08.11.2024
Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо											
	гор.напиток											
	хлеб											
Обед	закуска	25	64	Салат из свеклы с раст маслом								
	1 блюдо	56	132	Рассольник ленинградский	60		65	0,8	4,9	3,8		
	2 блюдо	53	106А	Бульон костный	250		130	2,4	5,7	15,7		
	гарнир	146	520	Картофельное пюре			227	33,3	9,2	1,7		
	напиток	324	648	Кисель из концентрата	200		188	4,1	6,4	26,7		
	хлеб бел.	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	200		76	0	0	20		
	хлеб черн.				100		246	7,9	1	48,3		
							93,00					

12-ти дневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Утверждаю:
 Директор / Арапчана С.Т./



Школа		МБОУ СОШ №2 г.Турана			Отд./корп	7-11	День					09.11.2024
Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо											
	гор.напиток											
	хлеб											
Обед	закуска	10,1	209	Яйцо отварное								
	1 блюдо	68	148	Суп лапша домашняя	40		59	4,8	4,4	0,2		
	2 блюдо	53	106А	Бульон костный	250		105	2,7	4,4	12,9		
	сладкое			Мандарины			227	33,3	9,2	1,7		
	напиток			Сок фруктовый	100		114	1,4	0,24	26,1		
	хлеб бел.	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	200		118	1	0,2	20		
	хлеб черн.				100		246	7,9	1	48,3		
							93,00					

12-ти дневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Утверждаю:  Директор
 МБОУ СОШ №2 г.Туран
 Директор Дракчаа С.Т./



Школа		МБОУ СОШ №2 г.Турана			Отд./корп	7-11	День					11.11.2024
Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо											
	гор.напиток											
	хлеб											
Обед	закуска	9	46	Салат из белокачанной капусты с зел гор								
	1 блюдо	67	134	Суп крестьянский с крупой	60		81	2,4	6,1	3,3		
	2 блюдо	191	302	Каша рисовая молочная	250		115	2,3	5,5	12,7		
	сладкое	53A	106A	Бульон костный	180/5		229	5,2	7,2	35,2		
	напиток	321	15	Напиток чайный Витаминный			227	33,3	9,2	1,7		
	хлеб бел.		ТТК	Хлеб пшеничный	200		71	1	0	18,4		
	хлеб черн.				100		246	7,9	1	48,3		
							93,00					

12-ти дневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Утверждаю: _____
 Директор: _____ /Арақча С.Т./



Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп 7-11

День 12.11.2024

Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
завтрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	хлеб									
бед	закуска	14	16	Салат из свежих огурцов						
	1 блюдо	3,3	109	Суп-пюре из гороха с грецкими орехами	60		36	0,4	2,9	1,8
	2 блюдо	113	440	Говядина тушенная с капустой	250		148	6,4	3,6	20,5
	сладкое	53А	106А	Бульон костный	250		638	255	53,1	13,3
	напиток	319	705	Напиток из шиповника			227	33,3	9,2	1,7
	хлеб бел.		ТТК	Хлеб пшеничный	200		127	0,7	0,3	29,3
	хлеб черн.				100		246	7,9	1	48,3
						93,00				

Утверждаю:
 Директор / Аракчаа С.Т./



12-ти дневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа		МБОУ СОШ № 2 г.Турана			Отд./корп	7-11						День	13.11.2024	
Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	гор.блюдо													
	гор.напиток													
	хлеб													
Обед	закуска	19	49	Салат из моркови с яблоками										
	1 блюдо	58	110	Борщ	60		46	0,5	2,2	5,4				
	2 блюдо	110	462	Тефтели из говядины с рисом	250		148	6,4	3,6	20,5				
	гарнир	183	297	Каша гречневая рассыпчатая	90		220	6,9	11,1	88				
	напиток	310	639	Компот из смеси сухофруктов	180/5		312	10,6	6,8	46,3				
	хлеб бел.		ТТК	Хлеб пшеничный	200		123	0,5	0,1	30,9				
	хлеб черн.				100		246	7,9	1	48,3				
							93,00							

Утверждаю:
 Директор / Аракчаа С.Т./



12-ти дневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа		МБОУ СОШ № 2 г.Турана			Отд./корп	7-11	День					14.11.2024
Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо											
	гор.напиток											
	хлеб											
Обед	закуска	42	71	Винегрет овощной								
	1 блюдо	72	181	Суп уха с крупой	60		38	0,8	1,5	4,6		
	2 блюдо	83	388	Котлеты рыбные	30/200		117	8,7	4,2	10,3		
	гарнир	227	332	Макаронны отварные	90		207	14	10,6	13,4		
	напиток	307	383	Какао с молоком	180/5		233	6,5	4,4	40		
	хлеб бел.		ТТК	Хлеб пшеничный	200		100	3,6	3,3	13,7		
	хлеб черн.				100		246	7,9	1	48,3		
							93,00					



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

12-ти дневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа

МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп 7-11

День 15.11.2024

Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	хлеб									
бед	закуска	26	418	Салат из свеклы с изюмом						
	1 блюдо	59	131	Рассольник домашний	60		70	0,8	3,9	7,7
	2 блюдо	158	224	Рагу из овощей	250		124	2,4	5,6	14,7
	гарнир	53	106А	Бульон костный	185		192	3,1	11,6	17,1
	напиток	324	648	Кисель из концентрата			227	33,3	9,2	1,7
	хлеб бел.		ТТК	Хлеб пшеничный	200		76	0	0	20
	хлеб черн.				100		246	7,9	1	48,3
							93,00			

12-ти дневное меню для обучающихся начальных классов МБОУ СОШ №2 г.Туран



Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ №2 г.Туран Аракчаа С.Т./

Школа		МБОУ СОШ № 2 г.Турана			Отд./корп	7-11	День				
Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	гор.блюдо										
	гор.напиток										
	хлеб										
Обед	закуска	10,1	209	Яйцо отварное	40		59	4,8	4,4	0,2	
	1 блюдо		140	Суп картофельный с макаронными изделиями	250		153	5,5	5	20,2	
	2 блюдо	53	106А	Бульон костный			227	33,3	9,2	1,7	
	сладкое			Яблоко	200	ё16		0,8	0,8	19,6	
	напиток			Сок фруктовый	200		118	1	0,2	20	
	хлеб бел.	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3	
	хлеб черн.										
							93,00				