



Утверждаю:
Директор / Аракчаа С.Т./

12-ти дневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	206	311	Каша овсяная молочная жидкая	250		312	8,5	14,4	35,3
	гор.напиток	301	630	Чай с молоком и сахаром	200		62	1,6	1,5	113
	хлеб	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
		4	2	Бутерброд с повидлом	30		202	2	8	31
						20,00				
Обед	закуска	20	56	Салат из моркови с огурцами и зел горош	100		95	1,6	7,4	4,5
	1 блюдо	55	124	Щи из свежей капусты	300		124	2,4	7,4	10,6
	2 блюдо	148	94	Бефстроганов из говядины	120		245	18,9	17,7	2,3
	гарнир	183	207	Каша гречневая рассыпчатая	220		409	13	11,5	56,6
	напиток	313	686	Чай с лимоном	200		38	0,2	0	9,3
	хлеб бел.	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
	хлеб черн.									
						63,65				

12-ти дневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

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



Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана

Отд./корп 12-18

День 06.11.2024

Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	205	311	Каша манная молочная жидкая	250		273	6,8	12,2	33,4
	гор.напиток	300	685	Чай с сахаром	200		36	0,2	0	9,1
	хлеб	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
		267	738	Пироги печеные с картофелем	100		224	6	6	35
Обед	закуска	49	7	Икра кабачковая		20,00				
	1 блюдо	58	110	Борщ с капустой и картофелем	100		85	1,4	5,2	7,3
	2 блюдо	119	443	Плов из говядины	300		142	2,4	7,4	15,4
	сладкое	53	106А	Бульон костный	300		611	31,3	30,3	50,7
	напиток	310	639	Компот из смеси сухофруктов	200		227	33,3	9,2	1,7
	хлеб бел.	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		123	0,5	0,1	30,9
	хлеб черн.				100		246	7,9	1	48,3
							63,65			

Утверждаю:
 Директор / Арапчаа С.Т./



12-ти дневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корп 12-18 День 07.11.2024

Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	214	311	Каша кукурузная молочная жидкая	250		215	5,5	7,3	33,5
	гор.напиток	313	699	Напиток апельсиновый	200		79	0,1	0	20,4
	хлеб	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
		1,4	366	Сыр (порциями)	30		105	8	8	0
							20,00			
Обед	закуска	21	40	Салат витаминный	100		103	1,6	5,1	11,8
	1 блюдо		73	Суп уха	250		104	8,4	2,3	11,5
	2 блюдо	80	374	Рыба тушеная в томате с овощами	120		121	11,4	5,9	5,5
	гарнир	184	297	Каша перловая рассыпчатая	200		308	6,7	8,9	46,4
	напиток	307	383	Какао с молоком	200		100	3,6	3,3	13,7
	хлеб бел.	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
	хлеб черн.									
							63,65			

Утверждено:
 Директор: /Арапчаа С.Т./



12-ти дневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа		МБОУ СОШ № 2 г.Турана				Отд./корп	12-18	День				08.11.2024
Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо	189	297	Каша ячневая молочная вязкая	250		304	7,6	11,9	39,4		
	гор.напиток	321	15	Напиток чайный витаминный	200		71	0,1	0	18,4		
	хлеб	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3		
			257	304	Блины	100		278	8	12	33	
							20,00					
Обед	закуска	25	64	Салат из свеклы с раст маслом	100		108	1,2	8,2	6,4		
	1 блюдо	56	132	Рассольник ленинградский	300		156	2,9	6,9	18,9		
	2 блюдо	53	106А	Бульон костный			227	33,3	9,2	1,7		
	гарнир	146	520	Картофельное пюре	230		216	4,7	7,4	30,7		
	напиток	324	648	Кисель из концентрата	200		76	0	0	20		
	хлеб бел.	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3		
	хлеб черн.											
							63,65					



Утверждаю:
 Директор / Дракчаа С.Т./

12-ти дневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корп 12-18 День 09.11.2024

Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	239	366	Запеканка из творога	200		595	37	27	49
	гор.напиток	299	697	Молоко кипяченое	200		111	5,7	5,9	9
	хлеб	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
						20,00				
Обед	закуска	10,1	209	Яйцо отварное	40		59	4,8	4,4	0,2
	1 блюдо	68	148	Суп лапша домашняя	300		126	3,3	5,2	15,5
	2 блюдо	53	106А	Бульон костный			227	33,3	9,2	1,7
	сладкое			Мандарины	100		114	1,4	0,24	26,1
	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.									
							63,65			



Утверждаю:
 Директор /Арақчаа С.Т./

12-ти дневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	202	178	Каша овсяная вязкая	250		340	8	10,1	37,7
	гор.напиток	301	630	Чай с молоком	200		62	1,6	1,5	11,3
	хлеб	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
		4	2	Бутерброд с повидлом и маслом	60		202	2	8	31
						20,00				
Обед	закуска	14	16	Салат из свежих огурцов	100		58	0,8	4,5	3
	1 блюдо	3,3	109	Суп-пюре из гороха с грецкими орехами	250		192	8,2	4,5	27
	2 блюдо	113	440	Говядина тушенная с капустой	300		766	30,6	63,7	15,9
	сладкое	53А	106А	Бульон костный			227	33,3	9,2	1,7
	напиток	319	705	Напиток из шиповника	200		127	0,7	0,3	29,3
	хлеб бел.		ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
	хлеб черн.									
						63,65				



Утверждаю
 Директор /Арақчаа С.Т./

12-ти дневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корп 12-18 День 13.11.2024

Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	198	176	Каша манная вязкая с изюмом	250		384	8,4	11,9	60,1
	гор.напиток	298	645	Кефир	200		151	5,7	6,3	17,6
	хлеб	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
		257	304	Блины	150		433	11	20	50
						20,00				
Обед	закуска	19	49	Салат из моркови с яблоками	100		76	0,9	3,7	9
	1 блюдо	58	110	Борщ	300		142	2,4	7,4	15,4
	2 блюдо	110	462	Тефтели из говядины с рисом	120		220	9,3	14,8	11,8
	гарнир	183	297	Каша гречневая рассыпчатая	220		409	13	11,5	56,6
	напиток	310	639	Компот из смеси сухофруктов	200		123	0,5	0,1	30,9
	хлеб бел.		ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
	хлеб черн.									
						63,65				



Утверждаю:
 Директор /Аракчаа С.Т./

12-ти дневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корп 12-18 День 14.11.2024

Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	106	302	Каша кукурузная молочная вязкая	250		296	7,3	10,6	45,1
	гор.напиток	304	686	Чай с лимоном	200		128	3	3	23,4
	хлеб	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
		1,4	366	Сыр (порциями)	30		105	8	8	0
						20,00				
Обед	закуска	42	71	Винегрет овощной	100		63	1,3	2,6	7,6
	1 блюдо	72	181	Суп уха с крупой	250/40		151	11,5	5,5	12,9
	2 блюдо	83	388	Котлеты рыбные	120		276	18,6	14,1	17,8
	гарнир	227	332	Макаронны отварные	220/10		311	8	8,1	48,9
	напиток	307	383	Какао с молоком	200		100	3,6	3,3	13,7
	хлеб бел.		ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
	хлеб черн.									
						63,65				

Утверждаю:
 Директор /Арапчаа С.Т./



12-ти дневное меню для обучающихся с ОВЗ МБОУ СОШ №2 г.Туран

Школа Отд./корп День

Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	189	297	Каша ячневая молочная вязкая	250		272	8,2	7,4	40,2
	гор.напиток	320	701	Напиток яблочный	200		94	0,1	24	94
	хлеб	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
		4	2	Бутерброд с повидлом и сливочным маслом	30.40		258	2	11	37
						20,00				
Обед	закуска	26	418	Салат из свеклы с изюмом	100		116	1,3	6,4	12,9
	1 блюдо	59	131	Рассольник домашний	300		156	2,9	6,9	18,9
	2 блюдо	158	224	Рагу из овощей	230		260	3,9	17	20,9
	гарнир	53	106А	Бульон костный			227	33,3	9,2	1,7
	напиток	324	648	Кисель из концентрата	200		76	0	0	20
	хлеб бел.		ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
	хлеб черн.									
						63,65				

