

Утверждаю: МБОУ СОШ №2  
 Г.ТУРАНА  
 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	180/5		231	6,9	9,1	28,8
	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	60		57	1	4,5	2,7
	1 блюдо	55	124	Щи из свежей капусты	250		103	2	0,2	8,8
	2 блюдо	148	94	Бефстроганов из говядины	100		210	16,2	15,1	2,1
	гарнир	183	207	Каша гречневая рассыпчатая	180/5		312	10,6	6,8	46,3
	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				

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	205	311	Каша манная молочная жидкая	180/5		200	5,6	7,4	27,3
	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	Пирог печеный с картофелем	60		134	4	4	21
						20,00				
Обед	закуска	49	7	Икра кабачковая	60		51	0,8	3,1	4,4
	1 блюдо	58	110	Борщ с капустой и картофелем	250		119	2	6,2	12,9
	2 блюдо	119	443	Плов из говядины	250		509	26,1	25,2	42,2
	сладкое	53	106А	Бульон костный			227	33,3	9,2	1,7
	напиток	310	639	Компот из смеси сухофруктов	200		123	0,5	0,1	30,9
	хлеб бел.	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
	хлеб черн.									
						63,65				

Утверждаю: \_\_\_\_\_  
 Директор: \_\_\_\_\_ /Аракча 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	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	60		62	0,1	3	7,1
	1 блюдо		73	Суп уха	250		104	8,4	2,3	11,5
	2 блюдо	80	374	Рыба тушеная в томате с овощами	100		101	9,5	4,9	4,7
	гарнир	184	297	Каша перловая рассыпчатая	200		229	5,5	4,7	38
	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				



2-ти дневное меню для обучающихся с ОВЗ 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	189	297	Каша ячневая молочная вязкая	250		272	8,2	7,4	40,2	
	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	60		65	0,8	4,9	3,8	
	1 блюдо	56	132	Рассольник ленинградский	250		130	2,4	5,7	15,7	
	2 блюдо	53	106А	Бульон костный			227	33,3	9,2	1,7	
	гарнир	146	520	Картофельное пюре	200		188	4,1	6,4	26,7	
	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: \_\_\_\_\_ /Арақча 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	239	366	Запеканка из творога	150		438	28	20	36
	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	250		105	2,7	4,4	12,9
	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:  /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	77	102	Суп молочный с овощами	250		140	5	5,9	16
	гор.напиток	305	380	Кофейный напиток на молоке	200		128	3	3	23,4
	хлеб	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
		266	738	Пирожки печеные с капустой	60		138	4	5	19
						20,00				
Обед	закуска	9	46	Салат из белокачанной капусты с зел гор	60		81	2,4	6,1	3,3
	1 блюдо	67	134	Суп крестьянский с крупой	250		115	2,3	5,5	12,7
	2 блюдо	191	302	Каша рисовая молочная	180/5		229	5,2	7,2	35,2
	сладкое	53А	106А	Бульон костный			227	33,3	9,2	1,7
	напиток	321	15	Напиток чайный Витаминный	200		71	1	0	18,4
	хлеб бел.		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:  
 Директор \_\_\_\_\_ /Арақчаа 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	202	178	Каша овсяная вязкая	250		255	6,5	11,1	30,8
	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	60		36	0,4	2,9	1,8
	1 блюдо	3,3	109	Суп-пюре из гороха с грецкими орехами	250		148	6,4	3,6	20,5
	2 блюдо	113	440	Говядина тушенная с капустой	250		638	255	53,1	13,3
	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: \_\_\_\_\_ /Аракчаа С.Т./



12-ти дневное меню для обучающихся с ОВЗ 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	198	176	К,аша манная вязкая с изюмом	250		291	6,9	7,2	49,2
	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	100		278	7	12	33
						20,00				
Обед	закуска	19	49	Салат из моркови с яблоками	60		46	0,5	2,2	5,4
	1 блюдо	58	110	Борщ	250		148	6,4	3,6	20,5
	2 блюдо	110	462	Тефтели из говядины с рисом	90		220	6,9	11,1	88
	гарнир	183	297	Каша гречневая рассыпчатая	180/5		312	10,6	6,8	46,3
	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: \_\_\_\_\_ /Арақча С.Т./



12-ти дневное меню для обучающихся с ОВЗ 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	106	302	Каша кукурузная молочная вязкая	250		221	5,9	6,4	36,9		
	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	60		38	0,8	1,5	4,6		
	1 блюдо	72	181	Суп уха с крупой	30/200		117	8,7	4,2	10,3		
	2 блюдо	83	388	Котлеты рыбные	90		207	14	10,6	13,4		
	гарнир	227	332	Макаронны отварные	180/5		233	6,5	4,4	40		
	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 \_\_\_\_\_ /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	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	60		70	0,8	3,9	7,7
	1 блюдо	59	131	Рассольник домашний	250		124	2,4	5,6	14,7
	2 блюдо	158	224	Рагу из овощей	185		192	3,1	11,6	17,1
	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				

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	2	3	Бутерброд с маслом и сыром	20		146	5	7,1	14,5
	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
		239	366	Запеканка из творога	150		438	28	20	36
						20,00				
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.									
						63,65				