

Утверждаю:
 Директор / Дракчаа С.Т./



12-ти дневное меню для обучающихся начальных классов 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									
	гор.напиток									
	хлеб									
Обед	закуска	15	20	Салат из свежих помидоров и огурцов	60		40	0,5	3	2,4
	1 блюдо	64	ттк3	Суп картофельный с клецками	250		102	2,6	2,7	15,8
	2 блюдо	208	311	Каша пшенная молочная	180/5		223	6,7	8,2	30
	сладкое	53	106А	Бульон костный			227	33,3	9,2	1,7
	напиток	319	705	Напиток из плодов шиповника	200		127	0,7	0,3	29
	хлеб бел.	1,5	ТТК	Хлеб пшеничный	100		246	7,9	1	48,3
	хлеб черн.									
							93,00			



/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 03.12.2024

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	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.									
							93,00			



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

Школа		МБОУ СОШ № 2 г.Турана			Отд./корп	7-11	День				04.12.2024
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	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.										
							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				05.12.2024
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	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	180/5		229	5,5	4,7	38	
	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.										
							93,00				



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

Школа		МБОУ СОШ № 2 г.Турана				Отд./корп	7-11	День				06.12.2024
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	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.											
							93,00					



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

Школа	МБОУ СОШ № 2 г.Турана				Отд./корп	7-11	День	07.12.2024		
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	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.									
							93,00			



Утверждаю: _____
 Директор _____ Аракчаа С.Т./

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

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корп 7-11 День 10.12.2024

Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	хлеб									
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	25,5	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.									
							93,00			



Утверждаю
 Директор _____ /Аракчаа С.Т./

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

Школа	МБОУ СОШ № 2 г.Турана				Отд./корп	7-11	День	11.12.2024		
Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
автрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	хлеб									
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.									
							93,00			




Утверждаю СОШ №2
 Директор 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	12.12.2024		
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	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.									
							93,00			



Утверждаю: СОШ №2
 Турана
 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					13.12.2024
Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	гор.блюдо											
	гор.напиток											
	хлеб											
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.											
							93,00					



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

Школа МБОУ СОШ № 2 г.Турана Отд./корп 7-11 День 14.12.2024

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	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			