

Директор _____ /Аракчаа С.Т./

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 7-1103.202 День 10.03.2025

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	тк3	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			



Утверждаю:
 Директор /Аракчаа С.Т./

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	11.03.2025		
Прием пищи	Раздел	ТК	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
автрак	гор.блюдо									
	гор.напиток									
	хлеб									
бед	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			



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	7-11.03.2025	День				12.03.2025
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	106A	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./

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 13.03.2025

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			

Утверждено:

Директор

/Аракчаа С.Т./

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	7-1108.20	День	14.03.2025		
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			

Утверждаю:

Директор

/Аракчаа С.Т./

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 7-1103.202 День 15.03.2025

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./

Утверждаю:

Директор

СОШ №2
г.ТУРАНА
[Signature]

/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 Отд./корп 7-11 День 17.03.2025

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	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.									
							93,00			

Утверждаю:
Директор _____

/Аракчаа С.Т./

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	18.03.2025			
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	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.										
						93,00					

Утверждаю:

 Директор /Аракчаа С.Т./

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 19.03.2025

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	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:

Директор _____

/Аракчаа С.Т./

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 20.03.2025

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	Макароны 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:

Директор

/Аракчаа С.Т./

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 Дата 03.2025 День 21.03.2025

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			

Утверждаю:
 Директор _____ /Аракчаа С.Т./

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	2025	День	22.03.2025					
Прием пищи	Раздел	люди	TK	№ рец.	Выход, г	Блюдо	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	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		106A		Бульон костный		250				105	2,7	4,4	12,9
	сладкое					Мандарины		100				227	33,3	9,2	1,7
	напиток					Сок фруктовый		200				114	1,4	0,24	26,1
	хлеб бел.	1,5		ТТК		Хлеб пшеничный		100				118	1	0,2	20
	хлеб черн.											246	7,9	1	48,3
												93,00			