

Согласовано  
Директор МОАУ СОШ № 11 (Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 20.10.2023, МОАУ СОШ №11, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
-----------	--------------------	-------	------	--------------	------------------	----------------------

### Завтрак

60	Салат из моркови (без сахара)	1	6	4	73	
30/30	Птица тушеная	13	13	2	176	
165	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	10	7	44	278	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
550	Итого за Завтрак	29	27	86	696	

### Обед

60	Салат из свеклы с сыром	3	8	4	102	
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
60/30	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	9	7	11	146	
180/5	Картофель отварной с маслом сливочным	4	4	31	178	
200	Компот из свежих яблок (без сахара)			5	22	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
880	Итого за Обед	29	30	115	864	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

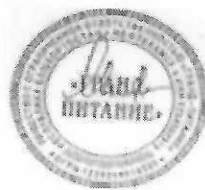
(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)

Согласовано  
Директор



(Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 20.10.2023, МОАУ СОШ №11, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
30/170	Плов из птицы	12	17	47	396	
60	Салат из моркови	1	6	5	80	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
510	Итого за Завтрак	17	24	90	646	<b>64-44</b>
<u>Обед</u>						
60	Салат из свеклы с сыром	3	8	4	102	
200	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	5	8	13	148	
60/30	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	9	7	11	146	
150/5	Картофель отварной с маслом сливочным	3	4	26	154	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
25	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	2		12	55	
40	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	3		22	104	
770	Итого за Обед	25	27	104	776	<b>72-54</b>
	Итого за день	42	51	194	1 422	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)

Согласовано:  
Директор



*(Handwritten signature)*

(Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

# Меню

на 20.10.2023, МОАУ СОШ №11, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<i>Буфет</i>						
100	Салат из моркови	1	10	9	133	8-76
100	Салат из свеклы с сыром	6	13	7	168	21-08
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	10-56
60/30	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	9	7	11	146	60-06
180/5	Картофель отварной с маслом сливочным	4	4	31	178	27-17
70/150	Плов из птицы	22	25	42	479	65-21
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	53-94
200	Макаронные изделия отварные	8	7	48	284	12-80
200	Чай с сахаром			10	40	2-14
200	Чай с молоком	1	2	12	70	5-97
200	Чай с лимоном			10	42	5-54
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	8-65
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	3-30
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	4-71
200	Сок 0,2	1		20	92	21-96
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	13-91
30	Мармелад желейный	2		22	93	15-01
50	Печенье Плетеная магия	35	5	35	198	15-06
37	Вафли "Джумка"					27-22
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
35	Батончик "Fun Вапан"	2	8	22	172	29-02
200	Коктейль молочный "Вкусный день" (в ассортименте)	5	4	22	140	39-00
60	Слойка с черникой	4	13	21	216	28-34
60	Слойка с яблоком					25-21
60	Круассан с абрикосовым конфитюром 75г	4	14	23	232	33-90
40	Палочки кукурузные сладкие "Матяш"	1	5	30	168	26-96
45	Печенье какао с начинкой Трио			1	5	20-91
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	22-51
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	35-14
<i>Мука пшеничная в с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная 100г, Вода, Колбаса для детского питания МК САВА, Сыр твердый, Огурцы консерв, Томатная паста, Масло растительное</i>						
100	Плюшки московские	8	11	61	373	18-60
<i>Мука пшеничная в с, Дрожжи сухие, Соль поваренная 100г, Сахар, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Молоко, Ванилин, Вода, Масло растительное</i>						
50/50	Колбаса запеченная в тесте	11	14	33	297	40-70
<i>Колбаса для детского питания МК САВА, Мука пшеничная в с, Сахар, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная 100г, Дрожжи сухие, Вода, Масло растительное</i>						
3 907	<b>Итого за Буфет</b>	175	219	672	5 266	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)

Согласовано  
Директор



(Алляров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 20.10.2023, МОАУ СОШ №11, СТ Исмена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>						
60	Салат из моркови	1	6	5	80	
30/200	Плов из птицы	13	19	56	451	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
555	<b>Итого за Завтрак</b>	19	26	107	740	<b>73-20</b>
<b><u>Обед</u></b>						
60	Салат из свеклы с сыром	3	8	4	102	
250	Суп куллама по- деревенски на курином бульоне	6	10	16	185	
60/30	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	9	7	11	146	
180/5	Картофель отварной с маслом сливочным	4	4	31	178	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
880	<b>Итого за Обед</b>	29	30	126	909	<b>84-45</b>
	<b>Итого за день</b>	48	56	233	1 649	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Салимянова И.А.)

(Салимянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)