

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №11 (Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.



Меню

на 13.10.2023, МОАУ СОШ №11, Буфет

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

Буфет

100	Салат "Ароматный"	2	10	8	135	21-56
250/5/20	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с птицей	8	11	17	200	29-92
250	Суп Любительский	5	6	27	180	12-61
70/50	Рыба (минтай), тушенная в томатном соусе	14	5	4	118	28-75
200	Макаронные изделия отварные	8	7	48	284	12-80
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	172	79-22
180	Рис отварной	5	7	48	271	18-09
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
30	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	2		17	78	2-57
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	4-13
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	4-28
60	Манник	4	5	32	190	10-42
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
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	29-10
35	Батончик "Fun Banan"	2	8	22	172	29-02
40	Палочки кукурузные сладкие "Матяш"	1	5	30	168	26-96
45	Печенье какао с начинкой Трио			1	5	20-91
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	22-51
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	35-14

Мука пшеничная в с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная под, кг, Вода, Колбаса для детского питания МК САВА, Сыр твердый, Огурцы конс.3л, Томатная паста, Масло растительное

100	Плюшки московские	8	11	61	373	18-60
-----	-------------------	---	----	----	-----	-------

Мука пшеничная в с, Дрожжи сухие, Соль поваренная под, кг, Сахар, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Молоко, Ванилин, Вода, Масло растительное

3 495	Итого за Буфет	143	137	595	4 074	
-------	-----------------------	-----	-----	-----	-------	--

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)

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



Утверждаю:
Минязов Р.Н.

Меню

на 13.10.2023, МОАУ СОШ №11, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
200/5/2 0	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с птицей	10	10	13	190	
60	Манник	4	5	32	190	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	4	1	23	110	
535	Итого за Завтрак	18	16	78	530	64-44
<u>Обед</u>						
60	Салат "Ароматный" 60г	1	6	5	81	
200	Суп Любительский	4	6	21	153	
50/50	Рыба (минтай) тушеная в томатном соусе	10	8	4	128	
150	Рис отварной	4	6	40	226	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
775	Итого за Обед	24	27	122	824	72-54
	Итого за день	42	43	200	1 354	

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №11 (Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.



Меню

на 13.10.2023, МОАУ СОШ №11, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
250/5/2 0	Борщ с капустой и картофелем со сметаной с птицей	8	11	17	200	
60	Манник	4	5	32	190	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143	
600	Итого за Завтрак	17	17	89	573	73-20
<u>Обед</u>						
60	Салат "Ароматный" 60г	1	6	5	81	
250	Суп Любительский	5	6	27	180	
50/50	Рыба (минтай) тушеная в томатном соусе	10	8	4	128	
180	Рис отварной	5	7	48	271	
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221	
875	Итого за Обед	28	28	147	948	84-45
	Итого за день	45	45	236	1 521	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №11 (Аллаяров И.Г.)



Утвержд:

Минязов

Меню

на 13.10.2023, МОАУ СОШ №11, Спец питанияст1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
<u>Завтрак</u>					
250/5/20	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной (без сахара)	9	11	14	191
60	Манник	4	5	32	190
200	Чай без сахара (2-й вариант)				
65	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	5	1	30	143
600	Итого за Завтрак	18	17	76	524
<u>Обед</u>					
60	Салат "Ароматный" 60г	1	6	5	81
250	Суп Любительский на мясном бульоне	21	12	27	301
50/50	Рыба (минтай) тушеная в томатном соусе	10	8	4	128
180	Д9 Каша вязкая ячневая	4	7	26	185
200	Компот из свежих яблок (без сахара)			5	22
85	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	7	1	47	221
875	Итого за Обед	43	34	114	938

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)