

Согласовано:

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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.



# Меню

на 29.09.2023, МОАУ СОШ № 11, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Буфет</b>						
60	Салат из свеклы с яблоками	1	5	5	69	5-15
100	Салат из моркови	1	10	9	133	8-76
250	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	18	10	20	246	9-32
50/50	Гуляш из отварного мяса	16	18	4	239	58-36
200	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	12	9	53	337	15-13
50/170/5	Макаронник с мясом и маслом	20	22	38	432	89-76
200	Чай с сахаром			10	40	2-14
200	Чай с молоком	1	2	12	70	5-97
200	Чай с лимоном			10	42	4-74
200	Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г			16	67	8-26
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
82	Шоколад Россия	6	28	44	457	59-89
23	Печенье какао с начинкой Трио			1	5	9-62
40	Палочки кукурузные сладкие "Матяш"	1	5	30	168	26-96
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	29-10
37	Вафли "Джумка"					27-22
500	Вода питьевая 0,5г					25-50
50	Печенье сахарное Слободка шахматная	4	6	35	206	20-06
30	Чоко Пай (Choco Pie)	1	5	19		15-47
43/50	Сосиски запеченные в тесте	10	12	32	289	22-10
100	Пицца школьная (1-й вариант)	11	10	30	259	33-54
<i>Мука пшеничная в/с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Вода, Колбаса для детского питания МК САВА, Сыр твердый, Огурцы кон.Зл, Томатная паста, Масло растительное</i>						
100	Плюшки московские	8	11	61	373	16-49
<i>Мука пшеничная в/с, Дрожжи сухие, Соль поваренная йод, кг, Сахар, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Молоко, Ванилин, Вода, Масло растительное</i>						
50	Ватрушка с творогом	7	4	22	152	9-27
50/50	Колбаса запеченная в тесте	11	14	33	297	40-10
<i>Колбаса для детского питания МК САВА, Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Дрожжи сухие, Вода, Масло растительное</i>						
60	Котлеты из птицы	10	11	8	171	53-94
35	Батончик "Fun Bapap"	2	8	22	172	29-02
50	Печенье Плетеная магия	35	5	35	198	15-06
3 470	<b>Итого за Буфет</b>	190	218	669	5 176	

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 29.09.2023, МОАУ СОШ № 11, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<u>Завтрак</u>						
60	Салат из свеклы с яблоками	1	5	5	69	
25/30	Гуляш из отварного мяса	8	10	2	126	
150	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	9	7	40	253	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
515	<b>Итого за Завтрак</b>	22	23	85	618	<b>64-44</b>
<u>Обед</u>						
60	Салат из моркови	1	6	5	80	
200	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	15	8	16	197	
30/150/ 5	Макаронник с мясом (фарш из говядины) и маслом	13	16	30	313	
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	
710	<b>Итого за Обед</b>	34	30	101	816	<b>72-54</b>
	<b>Итого за день</b>	56	53	186	1 434	

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

\_\_\_\_\_  
(Салимьянова И.А.)  
\_\_\_\_\_  
(Салимьянова Р.Р.)  
\_\_\_\_\_  
(Шамгулов И.М.)

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



Утверждаю:  
 Минязов Р.Н.

# Меню

на 29.09.2023, МОАУ СОШ № 11, 1-я смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b>Завтрак</b>						
180	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	11	8	48	303	
60	Салат из свеклы с яблоками	1	5	5	69	
25/30	Гуляш из отварного мяса	8	10	2	126	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
560	<b>Итого за Завтрак</b>	25	24	101	707	<b>73-20</b>
<b>Обед</b>						
60	Салат из моркови	1	6	5	80	
250	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	18	10	20	246	
30/170/5	Макаронник с мясом (фарш из говядины) и маслом	14	17	34	340	
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	
810	<b>Итого за Обед</b>	40	34	123	964	<b>84-45</b>
	<b>Итого за день</b>	65	58	224	1 671	

Зав.столовой  
 Диспетчер по питанию  
 Бухгалтер-калькулятор

\_\_\_\_\_  
 (Салимьянова И.А.)  
 \_\_\_\_\_  
 (Салимьянова Р.Р.)  
 \_\_\_\_\_  
 (Шамгулов И.М.)

Согласовано:  
Директор МОАУ СОШ №11 Алляров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 29.09.2023, МОАУ СОШ №11, Спец питанияест 1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
<b><u>Завтрак</u></b>						
60	Салат из свеклы с яблоками	1	5	5	69	
25/30	Гуляш из отварного мяса	8	10	2	126	
180	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	11	8	48	303	
200	Чай без сахара (2-й вариант)					
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
560	<b>Итого за Завтрак</b>	25	24	91	667	
<b><u>Обед</u></b>						
60	Салат из моркови (без сахара)	1	6	4	73	
250	Суп картофельный с гороховый на мясном бульоне	18	10	20	246	
30/170/ 5	Макаронник с мясом и маслом	14	17	34	340	
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	
810	<b>Итого за Обед</b>	40	34	111	912	

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)