

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №11 (Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 10.11.2023, МОАУ СОШ №11, Буфет

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод ы | Калорий ность | Стоимость питания |
|--|---|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| Буфет | | | | | | |
| 100 | Салат из моркови | 1 | 10 | 9 | 133 | 8-76 |
| 100 | Винегрет | 1 | 10 | 7 | 127 | 16-22 |
| 250 | Суп куллама по- деревенски на курином бульоне | 6 | 10 | 16 | 185 | 10-56 |
| 50/30/1 20 | Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски | 13 | 9 | 30 | 256 | 47-33 |
| 200 | Каша рассыпчатая из гречневой крупы | 12 | 9 | 53 | 337 | 16-39 |
| 60 | Биточки (котлеты) "Нежные"* | 11 | 8 | 10 | 160 | 67-37 |
| 40/185 | Плов из птицы | 15 | 20 | 51 | 452 | 46-00 |
| 200 | Чай с молоком | 1 | 2 | 12 | 70 | 5-97 |
| 200 | Чай с лимоном | | | 10 | 42 | 5-54 |
| 200 | Чай с сахаром | | | 10 | 40 | 2-14 |
| 50 | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 4 | 1 | 28 | 130 | 4-91 |
| 50 | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 4 | 1 | 23 | 110 | 4-76 |
| 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 |
| 50 | Вафли "Марусино счастье" | 2 | 16 | 30 | 270 | 20-15 |
| 82 | Шоколад Россия | 6 | 28 | 44 | 457 | 59-89 |
| 45 | Печенье какао с начинкой Трио | | | 1 | 5 | 20-91 |
| 40 | Палочки кукурузные сладкие "Матяш" | 1 | 5 | 30 | 168 | 26-96 |
| 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 йод, кг, Вода, Колбаса для детского питания МК САВА, Сыр твердый, Огурцы конс.Зл, Томатная паста, Масло растительное</i> | | | | | | |
| 100 | Плюшки московские | 8 | 11 | 61 | 373 | 18-60 |
| <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> | | | | | | |
| 100 | Шанежка с картофелем | 11 | 10 | 59 | 373 | 26-52 |
| 35 | Батончик "Fun Banan" | 2 | 8 | 22 | 172 | 29-02 |
| 200 | Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте) | 6 | 6 | 18 | | 34-76 |
| 3 512 | Итого за Буфет | 164 | 196 | 671 | 4 872 | |

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 10.11.2023, МОАУ СОШ №11, Мл. 1 смена

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод ы | Калорий ность | Стоимость питания |
|-----------------------|---|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 60 | Салат из моркови | 1 | 6 | 5 | 80 | |
| 30/170 | Плов из птицы | 12 | 17 | 47 | 396 | |
| 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 | 64-44 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 60 | Винегрет | 1 | 6 | 4 | 76 | |
| 200 | Суп куллама по-деревенски на курином бульоне | 5 | 8 | 13 | 148 | |
| 50/30/100 | Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски | 13 | 8 | 26 | 225 | |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант) | | | 10 | 40 | |
| 25 | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 2 | | 12 | 55 | |
| 40 | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 3 | | 22 | 104 | |
| 705 | Итого за Обед | 24 | 22 | 87 | 648 | 72-54 |
| | Итого за день | 41 | 46 | 177 | 1 294 | |

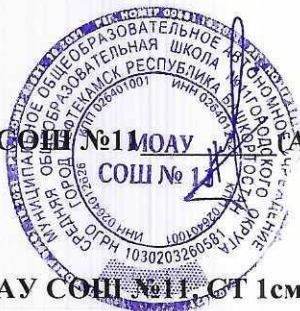
Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)

Согласовано:
Директор МОАУ СОШ №1 (Салляров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 10.11.2023, МОАУ СОШ №1, СТ 1смена

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод ы | Калорий ность | Стоимость питания |
|-----------------------|---|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 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 | Итого за Завтрак | 19 | 26 | 107 | 740 | 73-20 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 60 | Винегрет | 1 | 6 | 4 | 76 | |
| 250 | Суп куллама по-деревенски на курином бульоне | 6 | 10 | 16 | 185 | |
| 50/30/1 20 | Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски | 13 | 9 | 30 | 256 | |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант) | | | 10 | 40 | |
| 40 | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 3 | | 18 | 88 | |
| 55 | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 4 | 1 | 30 | 143 | |
| 805 | Итого за Обед | 27 | 26 | 108 | 788 | 84-45 |
| | Итого за день | 46 | 52 | 215 | 1 528 | |

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)

Согласовано:
Директор МОАУ



(Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 10.11.2023, МОАУ СОШ №11, Спец питанияст 1

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод ы | Калорий ность | Стоимость питания |
|----------------|---|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 100 | Салат из моркови | 1 | 10 | 9 | 133 | |
| 180/5 | Омлет натуральный с маслом | 17 | 25 | 3 | 306 | |
| 200 | Чай без сахара (2-й вариант) | | | | | |
| 65 | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 5 | 1 | 36 | 169 | |
| 550 | Итого за Завтрак | 23 | 36 | 48 | 608 | |

| | | | | | | |
|---------------|---|----|----|----|-----|--|
| Обед | | | | | | |
| 60 | Винегрет | 1 | 6 | 4 | 76 | |
| 250 | Суп куллама по-деревенски на курином бульоне | 6 | 10 | 16 | 185 | |
| 50/30/1 20 | Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски | 13 | 9 | 30 | 256 | |
| 200 | Чай без сахара (2-й вариант) | | | | | |
| 40 | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 3 | | 18 | 88 | |
| 55 | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 4 | 1 | 30 | 143 | |
| 805 | Итого за Обед | 27 | 26 | 98 | 748 | |

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)