

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №11 (Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 22.11.2023, МОАУ СОШ №11, Буфет

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

Буфет

| | | | | | | |
|--------|--|----|----|----|-----|-------|
| 220/5 | Омлет натуральный с маслом | 21 | 30 | 4 | 369 | 63-51 |
| 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 |
| 100 | Винегрет | 1 | 10 | 7 | 127 | 16-49 |
| 250/10 | Суп из овощей со сметаной | 2 | 7 | 11 | 120 | 14-04 |
| 80/30 | Тефтели рыбные в томатном соусе | 11 | 9 | 13 | 175 | 21-06 |
| 180 | Рис отварной | 5 | 7 | 48 | 271 | 18-67 |
| 200 | Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) 200г | | | 16 | 67 | 8-65 |
| 40 | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 3 | | 18 | 88 | 3-81 |
| 55 | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 4 | 1 | 30 | 143 | 5-41 |
| 100 | Булочка дорожная | 7 | 12 | 58 | 366 | 19-50 |
| 60/30 | Тефтели с рисом* в томатном соусе | 11 | 9 | 12 | 172 | 79-27 |
| 200 | Макаронные изделия отварные | 8 | 7 | 48 | 284 | 13-36 |
| 80 | Манник | 6 | 6 | 43 | 245 | 14-06 |
| 43/50 | Сосиски запеченные в тесте | 10 | 12 | 32 | 289 | 22-53 |
| 100 | Пицца школьная (I-й вариант) | 11 | 10 | 30 | 259 | 38-00 |

Мука пшеничная в с, Сахар, Дрожжи сухие, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная повар, Вода, Колбаса от детского питания МК САВА, Сыр твердый, Огурцы конв 3г, Томатная паста, Масло растительное

| | | | | | | |
|-----|-------------------|---|----|----|-----|-------|
| 100 | Плюшки московские | 8 | 11 | 61 | 373 | 19-41 |
|-----|-------------------|---|----|----|-----|-------|

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

| | | | | | | |
|-------|---|-----|-----|-----|-------|-------|
| 40 | Палочки кукурузные сладкие "Матяш" | 1 | 5 | 30 | 168 | 28-20 |
| 54 | Печенье домашнее овсяное детское | 4 | 12 | 34 | 255 | 15-18 |
| 66 | Пряник | 4 | 3 | 50 | 242 | 19-86 |
| 24 | Батончик злаковый Matti Kids (в ассортименте) | 1 | 2 | 18 | 91 | 21-42 |
| 35 | Батончик "Fun Banan" | 2 | 8 | 22 | 172 | 29-02 |
| 11 | Батончик MilkyWay | | 2 | 8 | 49 | 18-58 |
| 37 | Вафли "Джумка" | | | | | 27-22 |
| 33,3 | Кеке с начинкой 33,3г | 2 | 7 | 17 | | 16-83 |
| 30 | Мармелад желевый | 2 | | 22 | 93 | 15-01 |
| 15 | Шоколад Аленка | 1 | 5 | 8 | 81 | 13-91 |
| 82 | Шоколад Россия | 6 | 28 | 44 | 457 | 59-89 |
| 100 | Йогурт детский питьевой (витаминизированный) | 3 | 3 | 5 | 60 | 25-16 |
| 200 | Сок 0,2 | 1 | | 20 | 92 | 22-07 |
| 200 | Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте) | 6 | 6 | 18 | | 34-76 |
| 500 | Вода питьевая 0,5г | | | | | 25-50 |
| 3 960 | Итого за Буфет | 142 | 214 | 759 | 5 260 | |

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ №1 МОАУ (Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 22.11.2023, МОАУ СОШ №11, Мл. 1 смена

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод ы | Калорий ность | Стоимость питания |
|----------------|---|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 10 | Масло сливочное (порциями) | | 7 | | 66 | |
| 180 | Омлет натуральный | 17 | 21 | 3 | 273 | |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант) | | | 10 | 40 | |
| 120 | Яблоко | | | 25 | 56 | |
| 100 | Йогурт детский питьевой (витаминизированный) | 3 | 3 | 5 | 60 | |
| 66 | Пряник | 4 | 3 | 50 | 242 | |
| 50 | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 4 | 1 | 28 | 130 | |
| 726 | Итого за Завтрак | 28 | 35 | 121 | 867 | 112-14 |
| Обед | | | | | | |
| 60 | Винегрет | 1 | 6 | 4 | 76 | |
| 200/5 | Суп из овощей со сметаной | 2 | 6 | 9 | 99 | |
| 80/30 | Тефтели рыбные в томатном соусе | 11 | 9 | 13 | 175 | |
| 150 | Рис отварной | 4 | 6 | 40 | 226 | |
| 200 | Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) | | | 16 | 67 | |
| 200г | | | | | | |
| 25 | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 2 | | 12 | 55 | |
| 40 | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 3 | | 22 | 104 | |
| 790 | Итого за Обед | 23 | 27 | 116 | 802 | 72-54 |
| | Итого за день | 51 | 62 | 237 | 1 669 | |

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 22.11.2023, МОАУ СОШ №11, СТ Исмена

| Выход (г) | Наименование блюда | Белки | Жиры | Углевод ы | Калорий ность | Стоимость питания |
|-----------------------|---|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| <u>Завтрак</u> | | | | | | |
| 10 | Масло сливочное (порциями) | | 7 | | 66 | |
| 220 | Омлет натуральный | 21 | 26 | 4 | 336 | |
| 200 | Чай с сахаром (2-й вариант) | | | 10 | 40 | |
| 65 | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 5 | 1 | 36 | 169 | |
| 120 | Яблоко | | | 25 | 56 | |
| 615 | Итого за Завтрак | 26 | 34 | 75 | 667 | 73-20 |
| <u>Обед</u> | | | | | | |
| 60 | Винегрет | 1 | 6 | 4 | 76 | |
| 250/5 | Суп из овощей со сметаной | 2 | 6 | 11 | 110 | |
| 80/30 | Тефтели рыбные в томатном соусе | 11 | 9 | 13 | 175 | |
| 180 | Рис отварной | 5 | 7 | 48 | 271 | |
| 200 | Компот из свежих яблок витаминизированный (витамин С) | | | 16 | 67 | |
| 200г | | | | | | |
| 40 | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 3 | | 18 | 88 | |
| 55 | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 4 | 1 | 30 | 143 | |
| 900 | Итого за Обед | 26 | 29 | 140 | 930 | 84-45 |
| | Итого за день | 52 | 63 | 215 | 1 597 | |

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:

Миниязов Р.Н.

Меню

на 22.11.2023, МОАУ СОШ №11, Спец питанияст1

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

Завтрак

| | | | | | | |
|-----|---|----|----|----|-----|--|
| 10 | Масло сливочное (порциями) | | 7 | | 66 | |
| 220 | Омлет натуральный | 21 | 26 | 4 | 336 | |
| 200 | Чай без сахара (2-й вариант) | | | | | |
| 65 | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 5 | 1 | 30 | 143 | |
| 120 | Яблоко | | | 25 | 56 | |
| 615 | Итого за Завтрак | 26 | 34 | 59 | 601 | |

Обед

| | | | | | | |
|-------|---|----|----|-----|-----|--|
| 60 | Винегрет | 1 | 6 | 4 | 76 | |
| 250/5 | Суп из овощей со сметаной | 2 | 6 | 11 | 110 | |
| 80/30 | Тефтели рыбные в томатном соусе | 11 | 9 | 13 | 175 | |
| 180 | Макаронные изделия (группа А) | 9 | 6 | 43 | 262 | |
| 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 | |
| 900 | Итого за Обед | 30 | 28 | 124 | 876 | |

Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Салимьянова И.А.)

(Салимьянова Р.Р.)

(Шамгулов И.М.)