

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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 18.03.2026, МОАУ СОШ 11, Мл. 1 смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
160	Омлет натуральный	15	19	3	243	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
120	Яблоко			25	56	
530	Итого за Завтрак	19	20	66	469	76-96
Обед						
60	Салат овощной с зеленым горошком	2	7	6	92	
200/5	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	2	5	12	105	
60/30	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	11	8	13	146	
150	Макаронные изделия отварные	6	4	35	199	
200	Лимонад лимонный			22	93	
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	26	24	122	794	83-52
	Итого за день	45	44	188	1 263	

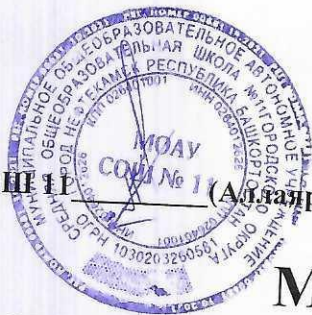
Зав.столовой
Диспетчер по питанию
Бухгалтер-калькулятор

(Талхина Ф.М.)

(Калимуллина Г.Ф.)

(Шамгулов И.М.)

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



Утверждаю:
 Минязов Р.Н.

Меню

на 18.03.2026, МОАУ СОШ 11, Мл. 1 смена СВО

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
160	Омлет натуральный	15	19	3	243	
200	Чай с сахаром (2-й вариант)			10	40	
50	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	28	130	
120	Яблоко			25	56	
530	Итого за Завтрак	19	20	66	469	76-96
Обед						
60	Салат овощной с зеленым горошком	2	7	6	92	
200/5	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	2	5	12	105	
60/30	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	11	8	13	146	
150	Макаронные изделия отварные	6	4	35	199	
200	Лимонад лимонный			22	93	
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	26	24	122	794	86-07
	Итого за день	45	44	188	1 263	

Зав.столовой
 Диспетчер по питанию
 Бухгалтер-калькулятор

 (Талхина Ф.М.)

 (Калимуллина Г.Ф.)

 (Шамгулов И.М.)

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



Утверждаю:
 Минязов Р.Н.

Меню

на 18.03.2026, МОАУ СОШ 11, СТ 1смена

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
10	Масло сливочное (порциями)		7		66	
200	Омлет натуральный	21	33	4	394	
200	Лимонный чайный напиток			14	58	
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	
120	Яблоко			25	56	
595	Итого за Завтрак	26	42	76	744	100-00
Обед						
60	Салат овощной с зеленым горошком	2	7	6	92	
250/5	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	2	6	15	128	
60/40	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	11	7	13	149	
180	Макаронные изделия отварные	7	5	42	238	
200	Лимонад лимонный			22	93	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
890	Итого за Обед	29	26	146	931	92-64
	Итого за день	55	68	222	1 675	

Зав.столовой
 Диспетчер по питанию
 Бухгалтер-калькулятор

 (Талхина Ф.М.)

 (Калимуллина Г.Ф.)

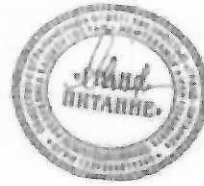
 (Шамгулов И.М.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ 11



А.А. Аляров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 18.03.2026, МОАУ СОШ 11, Спец питания 1

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Завтрак						
10	Масло сливочное (порциями)		7		66	
200	Омлет натуральный	21	33	4	394	
200	Д9 Лимонный чайный напиток				2	
65	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	5	1	36	169	
120	Яблоко			25	56	
595	Итого за Завтрак	26	41	65	687	
Обед						
60	Салат овощной с зеленым горошком	2	7	6	92	
250/5	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной (без сахара)	17	11	13	227	
60/40	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	11	7	13	149	
180	Макаронные изделия (группа А)	8	5	41	240	
200	Лимонад лимонный			22	93	
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	
890	Итого за Обед	45	31	143	1 032	

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Талхина Ф.М.)

(Калимуллина Г.Ф.)

(Шамгулов И.М.)

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



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

Меню

на 18.03.2026, МОАУ СОШ №11, Буфет

Выход (г)	Наименование блюда	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорий ность	Стоимость питания
Буфет						
20	Масло сливочное (порциями)		7		66	17-17
100	Салат из капусты белокочанной	3	10	10	144	20-44
100	Салат овощной с зеленым горошком	3	7	10	117	29-28
250/5	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	2	6	15	128	28-20
60/30	Биточки (котлеты) рыбные* с соусом томатным	11	8	13	146	62-85
60/30	Тефтели с рисом* в томатном соусе	11	9	12	174	78-61
200	Макаронные изделия отварные	7	5	47	265	15-23
220/5	Омлет натуральный с маслом	21	30	4	369	97-63
200	Чай с сахаром			10	40	4-80
200	Чай с молоком	1	2	12	70	18-40
200	Чай с лимоном			10	42	14-08
200	Лимонный чайный напиток			14	58	13-72
200	Лимонад лимонный			22	93	23-56
40	Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания)	3		18	88	4-51
55	Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)	4	1	30	143	6-41
65	Батон Нарезной	5	2	33	170	9-27
120	Яблоко			25	56	17-75
200	Сок 0,2	1		20	92	17-51
15	Шоколад Аленка	1	5	8	81	20-24
200	Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)	6	6	18		53-21
75	Шоколад Очень молочный	78	343	541	5 570	100-00
20	Вафли Золотце ты мое	19	5	14	41	16-15
31	Зефир в глазури Funn Cat 31г	1	3	22	518	31-45
21	Печенье сахарное Funny Cat	1	4	14	97	18-68
50	Печенье сахарное "Школьная шпиргалочка"	4	8	34	220	21-00
25	Батончик мюсли детский перекус	1	2	20	100	37-06
45	Шоколад молочный BABYFOX	4	17	22	257	40-00
33,3	Кекс с начинкой 33,3г	2	7	17	143	16-83
73	Блинчики фаршированные с клубникой	4	8	36	151	30-72
30	Мармелад желевый	2		22	93	15-01
52/50	Сосиски запеченные в тесте	11	14	32	313	48-88
50	Батончик Twin Pix с печеньем	3	11	32	235	59-33
50	Батончик Двойная радость с мягкой карамелью	3	11	32	235	34-85
24	Печенье сдобное Домашнее (Сладкая Слобода)	1	7	8	66	7-41
3 404	Итого за Буфет	213	538	1 177	10 381	

Зав.столовой
 Диспетчер по питанию
 Бухгалтер-калькулятор

 (Талхина Ф.М.)

 (Калимуллина Г.Ф.)

 (Шамгулов И.М.)