

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ 11 (Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

# Меню

на 04.09.2026, МОАУ СОШ 11, Мл. 1 смена

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

## Завтрак

|        |                                                   |    |    |     |     |       |
|--------|---------------------------------------------------|----|----|-----|-----|-------|
| 30/220 | Плов из птицы                                     |    |    |     |     |       |
| 200    | Чай с сахаром (2-й вариант)                       | 17 | 22 | 62  | 515 |       |
| 50     | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 4  | 1  | 28  | 130 |       |
| 500    | Итого за Завтрак                                  | 21 | 23 | 100 | 685 | 76-96 |

## Обед

|           |                                                         |    |    |     |       |       |
|-----------|---------------------------------------------------------|----|----|-----|-------|-------|
| 250       | Суп куллама по- деревенски на курином бульоне           | 6  | 10 | 16  | 185   |       |
| 50/30/100 | Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски         | 13 | 8  | 26  | 225   |       |
| 200       | Чай с сахаром (2-й вариант)                             |    |    | 10  | 40    |       |
| 60        | Сдоба обыкновенная                                      | 5  | 8  | 36  | 235   |       |
| 25        | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 2  |    | 12  | 55    |       |
| 40        | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 3  |    | 22  | 104   |       |
| 755       | Итого за Обед                                           | 29 | 26 | 122 | 844   | 86-07 |
|           | Итого за день                                           | 50 | 49 | 222 | 1 529 |       |

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Талхина Ф.М.)  
  
 (Калимуллина Г.Ф.)  
  
 (Шамгулов И.М.)

Согласовано:  
Директор МОАУ СОШ 11 (Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

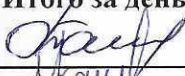
Миниязов Р.Н.

## Меню

на 04.09.2026, МОАУ СОШ 11, Мл. 1 смена СВО

| Выход<br>(г)   | Наименование блюда                                | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|----------------|---------------------------------------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| <b>Завтрак</b> |                                                   |       |      |              |                  |                      |
| 30/220         | Плов из птицы                                     | 17    | 22   | 62           | 515              |                      |
| 200            | Чай с сахаром (2-й вариант)                       |       |      | 10           | 40               |                      |
| 50             | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 4     | 1    | 28           | 130              |                      |
| 500            | <b>Итого за Завтрак</b>                           | 21    | 23   | 100          | 685              | <b>76-96</b>         |
|                | <b>Итого за день</b>                              | 21    | 23   | 100          | 685              |                      |

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

 (Талхина Ф.М.)  
 (Калимуллина Г.Ф.)  
 (Шамгулов И.М.)



Согласовано:  
Директор МОАУ СОШ 11 (Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 04.09.2026, МОАУ СОШ 11, СТ 1смена

| Выход<br>(г)   | Наименование блюда                                | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|----------------|---------------------------------------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| <b>Завтрак</b> |                                                   |       |      |              |                  |                      |
| 50             | Салат из капусты белокочанной с морковью          | 1     | 5    | 5            | 68               |                      |
| 30/210         | Плов из птицы                                     | 17    | 21   | 59           | 492              |                      |
| 200            | Лимонад лимонный                                  |       |      | 22           | 93               |                      |
| 65             | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 5     | 1    | 36           | 169              |                      |
| 555            | Итого за Завтрак                                  | 23    | 27   | 122          | 822              | 100-00               |

### Обед

|         |                                                         |    |    |     |       |       |
|---------|---------------------------------------------------------|----|----|-----|-------|-------|
| 250     | Суп кулама по- деревенски на курином бульоне            | 6  | 10 | 16  | 185   |       |
| 50/30/1 | Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски         | 13 | 9  | 30  | 256   |       |
| 200     | Чай с сахаром (2-й вариант)                             |    |    | 10  | 40    |       |
| 60      | Сдоба обыкновенная                                      | 5  | 8  | 36  | 235   |       |
| 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                                           | 31 | 28 | 140 | 947   | 92-64 |
|         | Итого за день                                           | 54 | 55 | 262 | 1 769 |       |

Зав.столовой  
Диспетчер по питанию  
Бухгалтер-калькулятор

(Талхина Ф.М.)  
  
(Калимуллина Г.Ф.)  
  
(Шамгулов И.М.)

Согласовано:

Директор МОАУ СОШ 11

(Аллаяров И.Г.)

Утверждаю:

Минязов Р.Н.

# Меню

на 04.09.2026, МОАУ СОШ 11, Спец питанияст1

| Выход<br>(г)   | Наименование блюда                                | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|----------------|---------------------------------------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| <b>Завтрак</b> |                                                   |       |      |              |                  |                      |
| 50             | Салат из капусты белокочанной (без сахара)        | 1     | 5    | 4            | 67               |                      |
| 30/215         | Каша гречневая с мясом птицы                      | 19    | 18   | 57           | 466              |                      |
| 200            | Лимонад лимонный                                  |       |      | 22           | 93               |                      |
| 65             | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания) | 5     | 1    | 36           | 169              |                      |
| 560            | Итого за Завтрак                                  | 25    | 24   | 119          | 795              |                      |

|             |                                                         |    |    |     |     |  |
|-------------|---------------------------------------------------------|----|----|-----|-----|--|
| <b>Обед</b> |                                                         |    |    |     |     |  |
| 250         | Суп куллама по- деревенски на курином бульоне           | 6  | 10 | 16  | 185 |  |
| 50/30/1     | Рыба (минтай), запеченая с картофелем по-русски         | 13 | 9  | 30  | 256 |  |
| 200         | Чай без сахара (2-й вариант)                            |    |    |     |     |  |
| 60          | Сдоба обыкновенная                                      | 5  | 8  | 36  | 235 |  |
| 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                                           | 31 | 28 | 130 | 907 |  |

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

*(Подписи)*

(Талхина Ф.М.)

(Калимуллина Г.Ф.)

(Шамгулов И.М.)



Согласовано:  
Директор МОАУ СОШ 11 (Аллаяров И.Г.)



Утверждаю:

Минязов Р.Н.

## Меню

на 04.09.2026, МОАУ СОШ 11, Буфет

| Выход<br>(г) | Наименование блюда                                      | Белки | Жиры | Углевод<br>ы | Калорий<br>ность | Стоимость<br>питания |
|--------------|---------------------------------------------------------|-------|------|--------------|------------------|----------------------|
| <b>Буфет</b> |                                                         |       |      |              |                  |                      |
| 100          | Салат из капусты белокочанной                           | 3     | 10   | 10           | 144              | 24-44                |
| 250          | Суп куллама по- деревенски на курином бульоне           | 6     | 10   | 16           | 185              | 23-32                |
| 50/50/200    | Рыба (минтай), запеченная с картофелем по-русски        | 16    | 12   | 50           | 373              | 79-52                |
| 30/200       | Плов из птицы                                           | 16    | 20   | 56           | 472              | 42-22                |
| 200          | Чай с молоком                                           | 1     | 2    | 12           | 70               | 18-92                |
| 200          | Чай с лимоном                                           |       |      | 10           | 42               | 14-28                |
| 200          | Чай с сахаром                                           |       |      | 10           | 40               | 5-32                 |
| 200          | Лимонад лимонный                                        |       |      | 22           | 93               | 10-23                |
| 50           | Хлеб пшеничный обогащенный (для детского питания)       | 4     | 1    | 28           | 130              | 6-24                 |
| 50           | Хлеб ржаной обдирный обогащенный (для детского питания) | 4     | 1    | 23           | 110              | 6-02                 |
| 60           | Сдоба обыкновенная                                      | 5     | 8    | 36           | 235              | 12-84                |
| 200          | Сок 0,2                                                 | 1     |      | 20           | 92               | 17-60                |
| 15           | Шоколад Аленка                                          | 1     | 5    | 8            | 81               | 25-40                |
| 200          | Коктейль молочный ФРУТОKIDS (в ассортименте)            | 6     | 6    | 18           |                  | 56-20                |
| 75           | Шоколад Очень молочный                                  | 78    | 343  | 541          | 5 570            | 82-90                |
| 20           | Вафли Золотце ты мое                                    | 19    | 5    | 14           | 41               | 20-40                |
| 21           | Печенье сахарное Funny Cat                              | 1     | 4    | 14           | 97               | 22-50                |
| 45           | Шоколад молочный BABYFOX                                | 4     | 17   | 22           | 257              | 45-00                |
| 30           | Мармелад жележный                                       | 2     |      | 22           | 93               | 18-20                |
| 50           | Батончик Двойная радость с мягкой карамелью             | 3     | 11   | 32           | 235              | 48-40                |
| 14           | Вафли Тигренок                                          | 1     | 4    | 9            | 71               | 12-50                |
| 52/50        | Сосиски запеченные в тесте                              | 11    | 14   | 32           | 313              | 48-97                |
| 100          | Гребешок из дрожжевого теста                            | 8     | 4    | 66           | 329              | 18-33                |

Мука пшеничная в/с, Сахар, Масло сливочное 72,5% жирности, Яйца куриные, Соль поваренная йод, кг, Дрожжи сухие, Вода, Повидло, Масло растительное

|       |                |     |     |       |       |  |
|-------|----------------|-----|-----|-------|-------|--|
| 2 712 | Итого за Буфет | 190 | 477 | 1 071 | 9 073 |  |
|-------|----------------|-----|-----|-------|-------|--|

Зав.столовой

Диспетчер по питанию

Бухгалтер-калькулятор

(Талхина Ф.М.)  
(Калимуллина Г.Ф.)  
(Шамгулов И.М.)