

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Куттаевская средняя школа"

СП МАОУ "Баш-Култаевская школа"

Е.В. Тапкинова

07.11.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2вт)

Меню СП "Баш-Култаевская школа" с12 лет и старше ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|----------------------------|
| Обед | | | |
| 100 | Овощи консервированные отварные (кукуруза) | Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминА-18, ВитаминС-2, Магний-18 | = |
| 250/10 | Свекольник со сметаной | Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминС-9, Магний-32 | = |
| 100 | Биточки рыбные | Калорийность-113, Белки-14, Жиры-2, Углеводы-10, Магний-23 | = |
| 100 | Картофельное пюре | Калорийность-92, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-11, ВитаминС-3, Магний-19 | = |
| 200 | Компот из свежих яблок | Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-639, Белки-29, Жиры-16, Углеводы-92, ВитаминА-18, ВитаминС-15, Магний-121 | = |
| Полдник | | | |
| 100 | Шанежка с картофелем | Калорийность-357, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-55, ВитаминА-1, ВитаминС-7, Магний-30 | = |
| 250 | Сок фруктовый | Калорийность-134, Белки-2, Углеводы-32, ВитаминС-6, Магний-13 | = |
| Итого за Полдник | | Калорийность-491, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-87, ВитаминА-1, ВитаминС-13, Магний-43 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1 129, Белки-42, Жиры-26, Углеводы-179, ВитаминА-19, ВитаминС-28, Магний-164 | 129-97 |



Заведующая
столовой _____

Кучумова Н.Х.

Инженер-технол
ог _____

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ "Баш-Култаевская школа"

Е.В. Ташкинова

08.11.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2ср)

Меню СП "Баш-Култаевская школа" с12 лет и старше ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|---|---|----------------------------|
| Обед | | | |
| 100 | Салат из капусты белокочанной | Калорийность-96, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-20, Магний-17 | = |
| 250/10 | Рассольник ленинградский со сметаной | Калорийность-137, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-27 | = |
| 100 | Шницель из птицы припущенные | Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминаА-58, ВитаминС-1, Магний-19 | = |
| 180 | Макаронные изделия отварные | Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10 | = |
| 200 | Напиток из шиповника | Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-879, Белки-35, Жиры-24, Углеводы-130, ВитаминаА-58, ВитаминС-109, Магний-103 | |
| Полдник | | | |
| 100 | Пряники | Калорийность-366, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-75, Магний-9 | = |
| 250 | Чай с сахаром | Калорийность-48, Углеводы-12, Магний-5 | = |
| Итого за Полдник | | Калорийность-414, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-87, Магний-14 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1 292, Белки-41, Жиры-29, Углеводы-217, ВитаминаА-58, ВитаминС-109, Магний-117 | 129-97 |

Ген. директор

М.А. Паева

Заведующая
столовой

Кучумова Н.Х.

Инженер-технол
ог

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баи-Култаевская школа»

Е.В. Таикинова

09.11.2023 (С.школа с12 лет и старше
(летне-осенний), 2чт)

Меню СП «Баи-Култаевская школа» с12 лет и старше ОВЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|---|----------------------------|
| <u>Обед</u> | | | |
| 100 | Салат из свеклы с чесноком | Калорийность-131, Белки-2, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминС-6, Магний-21 | = |
| 250 | Суп картофельный с бобовыми | Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26 | = |
| 100 | Шницель рубленый | Калорийность-229, Белки-16, Жиры-12, Углеводы-16 | = |
| 180 | Каша гречневая рассыпчатая | Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106 | = |
| 200 | Компот из смеси сухофруктов | Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-971, Белки-36, Жиры-33, Углеводы-115, ВитаминА-29, ВитаминС-15, Магний-194 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 100 | Булочка школьная | Калорийность-285, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-56, Магний-12 | = |
| 250 | Кисель из ягод свежих | Калорийность-113, Углеводы-28, ВитаминС-1, Магний-2 | = |
| Итого за Полдник | | Калорийность-398, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-84, ВитаминС-1, Магний-14 | = |
| Итого за день | | Калорийность-1368 Белки-44, Жиры-36, Углеводы-199, ВитаминА-29, ВитаминС-16, Магний-208 | 129-97 |



Заведующая
столовой _____

Кучумова Н.Х.

Инженер-технол
ог _____

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ "Баши-Култаевская школа"

Е.В. Тапкинова

10.11.2023 (Н.школа 7-11лет
(летне-осенний), 2шт)


Меню СП "Баши-Култаевская школа" с 7-11 лет ОБЗ

| Выход (г) | Наименование блюда | зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) | Стоимость питания (руб) |
|-------------------------|--|--|----------------------------|
| <u>Обед</u> | | | |
| 60 | Салат из свежих огурцов с луком | Калорийность-41, Жиры-4, Углеводы-2, ВитаминС-3, Магний-8 | = |
| 200/5 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | Калорийность-84, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-21 | = |
| 180 | Плов из отварной птицы | Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-23, ВитаминаА-71, ВитаминС-1, Магний-32 | = |
| 200 | Компот из яблок и ягод замороженных | Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4 | = |
| 40 | Хлеб ржаной | Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19 | = |
| 60 | Хлеб пшеничный | Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8 | = |
| Итого за Обед | | Калорийность-731, Белки-27, Жиры-29, Углеводы-88, ВитаминаА-71, ВитаминС-21, Магний-92 | |
| <u>Полдник</u> | | | |
| 50 | Печенье | Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10 | = |
| 250 | Чай с лимоном | Калорийность-50, Углеводы-12, ВитаминС-1, Магний-6 | = |
| Итого за Полдник | | Калорийность-259, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-49, ВитаминС-1, Магний-16 | = |
| Итого за день | | Калорийность-990, Белки-31, Жиры-34, Углеводы-137, ВитаминаА-71, ВитаминС-22, Магний-108 | 115-20 |

Ген директор  М.А. Паева

Заведующая
столовой _____

Кучумова Н.Х.

Инженер-технол
ог 

Халиуллина С.П.

