

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Зайхгорн

27.11.2023 (Н.школа 7-11лет
(летне-осенний), 1пп)

Меню СП «Баш-Култаевская школа» с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
120	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-18	=
150	Макароны отварные с овощами	Калорийность-156, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-26, ВитаминА-25, ВитаминС-3, Магний-18	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-725, Белки-25, Жиры-25, Углеводы-98, ВитаминА-25, ВитаминС-20, Магний-92	
<u>Полдник</u>			
50	Пряники	Калорийность-183, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Магний-5	=
250	Кисель из ягод свежих	Калорийность-113, Углеводы-28, ВитаминС-1, Магний-2	=
Итого за Полдник		Калорийность-296, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-66, ВитаминС-1, Магний-7	=
Итого за день		Калорийность-1 020, Белки-28, Жиры-27, Углеводы-164, ВитаминА-25, ВитаминС-21, Магний-99	115-20

Ген. директор _____ И.П. Пасва

Заведующая
столовой _____

Кузимова Н.Х. Инженер-технолог
от _____

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ "Культурно-спортивная средняя школа"
 СП МБОУ "Баш-Култаевская школа"



28.11.2023 (Н.школа 7-11лет
 (летне-осенний), 1вт)

Меню СП "Баш-Култаевская школа" с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы отварной	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11	=
200/5	Суп крестьянский с крупой со сметаной	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-12, ВитаминС-8, Магний-16	=
100	Рыба, тушеная в томате с овощами	Калорийность-147, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-6, ВитаминА-316, ВитаминС-3, Натрий-116, Магний-56	=
150	Картофельное пюре	Калорийность-138, Белки-3, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-5, Магний-29	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
Итого за Обед		Калорийность-670, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-89, ВитаминА-316, ВитаминС-20, Натрий-116, Магний-139	
<u>Полдник</u>			
60	Ватрушка с повидлом	Калорийность-166, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-35, ВитаминА-9, Магний-7	=
250	Напиток из шиповника	Калорийность-98, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-100, Магний-4	=
Итого за Полдник		Калорийность-264, Белки-5, Жиры-1, Углеводы-58, ВитаминА-9, ВитаминС-100, Магний-11	=
Итого за день		Калорийность-934, Белки-32, Жиры-23, Углеводы-147, ВитаминА-325, ВитаминС-120, Натрий-116, Магний-150	115-20

Ген.директор М.А.Паева

Заведующая
 столовой _____

Кучумова Н.Х. Инженер-технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖАЮ
 Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"
 СПЕЦИАЛЬНАЯ ШКОЛА № 103

29.11.2023 (Н.школа 7-11лет
 (летне-осенний), 1ср)

Меню СП "Баш-Култаевская школа" с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминизация (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих огурцов	Калории-39, Жиры-4, Углеводы-1, Витамин С-2, Магний-8	=
200/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калории-92, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-9, Витамин С-8, Магний-22	=
90	Биточки из птицы припущенные	Калории-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, Витамин А-53, Витамин С-1, Магний-17	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калории-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, Витамин А-24, Магний-89	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калории-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калории-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	Хлеб пшеничный	Калории-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калории-653, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-68, Витамин А-77, Витамин С-11, Магний-167	
<u>Полдник</u>			
50	Пряники	Калории-183, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Магний-5	=
250	Сок фруктовый	Калории-134, Белки-2, Углеводы-32, Витамин С-6, Магний-13	=
Итого за Полдник		Калории-317, Белки-5, Жиры-2, Углеводы-70, Витамин С-6, Магний-18	=
Итого за день		Калории-970, Белки-31, Жиры-27, Углеводы-138, Витамин А-77, Витамин С-17, Магний-185	115-20

Ген. директор  М.А.Наева

Заведующая
столовой _____

Култаева П.Х. Инженер-технолог

 Халиуллина С.П.

30.11.2023 (Н.школа 7-11лет
 (летне-осенний), 1чт)

Меню СП «Баш-Култаевская школа» с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	калории (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свежих помидоров	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2, ВитаминС-10, Магний-11	=
200	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-15, ВитаминС-7, Магний-19	=
180	Рагу из птицы	Калорийность-255, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-16, ВитаминС-11, Магний-40	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-1	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
Итого за Обед		Калорийность-641, Белки-24, Жиры-23, Углеводы-82, ВитаминС-28, Магний-96	
<u>Полдник</u>			
50	Печенье	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-37, Магний-10	=
250	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминС-11, Магний-5	=
Итого за Полдник		Калорийность-265, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-51, ВитаминС-11, Магний-15	=
Итого за день		Калорийность-906, Белки-28, Жиры-28, Углеводы-133, ВитаминС-39, Магний-111	115-20

Ген.директор *Халиуллина С.П.* М.А.Насыр

Заведующая

Култаева Н.Х.

Педагог-технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП-МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

01.12.2023 (Н.школа 7-11 лет
(зимне-весенний), 1пт)

Меню СП «Баш-Култаевская школа» с 7-11 лет ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
60	Салат из свеклы с солеными огурцами	Калорийность-74, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-4, ВитаминС-3, Магний-11	=
200	Суп с рыбными консервами	Калорийность-133, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-39	=
90	Шницель рубленый	Калорийность-206, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-14	=
150	Капуста тушеная	Калорийность-95, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-6, ВитаминС-26, Магний-36	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
20	Хлеб пшеничный	Калорийность-47, Белки-2, Углеводы-10, Магний-3	=
Итого за Обед		Калорийность-652, Белки-32, Жиры-27, Углеводы-68, ВитаминС-44, Магний-107	
<u>Полдник</u>			
60	Булочка ванильная	Калорийность-198, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34, Магний-6	=
250	Чай с лимоном	Калорийность-50, Углеводы-12, ВитаминС-1, Магний-6	=
Итого за Полдник		Калорийность-248, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-46, ВитаминС-1, Магний-12	
Итого за день		Калорийность-900, Белки-37, Жиры-32, Углеводы-114, ВитаминС-45, Магний-119	115-20

Ген.директор

М.А.Пасва

Заведующая
столовой

Кучумова Н.Х.

Инженер-технол
ог

Халиуллина С.П.

