

УТВЕРЖДАЮ

И.О. Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

И.О. Ошера

22.01.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2пп)

## Меню СП «Баш-Култаевская школа» с 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	<b>Икра кабачковая (промышленного производства)</b>	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250/10	<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной</b>	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-23	=
130	<b>Тефтели из говядины в молочном соусе</b>	Калорийность-221, Белки-13, Жиры-14, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	<b>Рис с овощами</b>	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	<b>Сок фруктовый</b>	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-959, Белки-30, Жиры-36, Углеводы-129, ВитаминС-33, Магний-136	=
<u>Полдник</u>			
100	<b>Печенье</b>	Калорийность-417, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-74, Магний-20	=
250	<b>Кисель из ягод свежих</b>	Калорийность-113, Углеводы-28, ВитаминС-1, Магний-2	=
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-530, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-102, ВитаминС-1, Магний-22	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1488 Белки-38, Жиры-46, Углеводы-231, ВитаминС-34, Магний-158	<b>136-34</b>

Ген. директор

М.А. Паева

Заведующая  
столовой

Кучумова Н.Х.

Инженер-технол

ог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

И.О. Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

И.О. Ошва

23.01.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2вт)

## Меню СП «Баш-Култаевская школа» с 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Кукуруза отварная	Калорийность-333, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-62, Магний-64	=
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	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-926, Белки-36, Жиры-22, Углеводы-146, ВитаминА-36, ВитаминС-15, Магний-185	=
<u>Полдник</u>			
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	=
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-491, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-87, ВитаминА-1, ВитаминС-13, Магний-43	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1417, Белки-49, Жиры-32, Углеводы-233, ВитаминА-37, ВитаминС-28, Магний-228	<b>136-34</b>

Ген. директор М.А. Паева М.А. Паева

Заведующая  
столовой \_\_\_\_\_

Кучумова Н.Х.

Инженер-технол  
ог \_\_\_\_\_

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

24.01.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2ср)

## Меню СП «Баш-Култаевская школа» с 12 лет и старше ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Обед</b>			
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	Котлеты из птицы припущенные	Калорийность-183, Белки-15, Жиры-10, Углеводы-9, ВитаминА-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 пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-867, Белки-34, Жиры-25, Углеводы-127, ВитаминА-58, ВитаминС-109, Магний-110	=
<b>Полдник</b>			
100	Пряники	Калорийность-366, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-75, Магний-9	=
250	Чай с сахаром	Калорийность-48, Углеводы-12, Магний-5	=
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-414, Белки-6, Жиры-5, Углеводы-87, Магний-14	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1280, Белки-40, Жиры-30, Углеводы-214, ВитаминА-58, ВитаминС-109, Магний-124	<b>136-34</b>

Ген. директор Паева М.А. Паева

Заведующая  
столовой \_\_\_\_\_

Кучумова Н.Х.

Инженер-технол  
ог \_\_\_\_\_

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"  
 СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»  
 Е.В. Эйхгорн

25.01.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
 (зимне-весенний), 2чт)

## Меню СП «Баш-Култаевская школа» с 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. 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 пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-959, Белки-35, Жиры-34, Углеводы-112, ВитаминА-29, ВитаминС-15, Магний-201	=
<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	=
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-398, Белки-8, Жиры-3, Углеводы-84, ВитаминС-1, Магний-14	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1356, Белки-43, Жиры-37, Углеводы-196, ВитаминА-29, ВитаминС-16, Магний-215	<b>136-34</b>

Ген. директор Пасва М.А.Пасва

Заведующая  
столовой \_\_\_\_\_

Кучумова Н.Х.

Инженер-технол  
ог \_\_\_\_\_

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

26.01.2024 (С.школа с 12 лет и старше  
(зимне-весенний), 2пт)

## Меню СП «Баш-Култаевская школа» с 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Обед</u>			
100	Салат из квашеной капусты с луком	Калорийность-94, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-14	=
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-27	=
210	Плов из отварной птицы	Калорийность-408, Белки-21, Жиры-24, Углеводы-27, ВитаминА-82, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-857, Белки-32, Жиры-38, Углеводы-97, ВитаминА-82, ВитаминС-38, Магний-116	=
<u>Полдник</u>			
100	Печенье	Калорийность-417, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-74, Магний-20	=
250	Чай с лимоном	Калорийность-50, Углеводы-12, ВитаминС-1, Магний-6	=
<b>Итого за Полдник</b>		Калорийность-467, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-86, ВитаминС-1, Магний-26	=
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 324, Белки-40, Жиры-48, Углеводы-183, ВитаминА-82, ВитаминС-39, Магний-142	<b>136-34</b>

Ген. директор

М.А. Паева

Заведующая  
столовой

Кучумова Н.Х.

Инженер-технол  
ог

Халиуллина С.П.