

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

03.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 1пн)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
45	Бутерброды с повидлом	Калорийность-136, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, ВитаминА-23, Магний-4	=
200	Каша "Дружба"	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1, Магний-31	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Какао с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
150	Фрукты свежие	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-11, Магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-582, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-100, ВитаминА-81, ВитаминС-13, Магний-77	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
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	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
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-813, Белки-29, Жиры-23, Углеводы-121, ВитаминС-17, Магний-99	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1394, Белки-43, Жиры-38, Углеводы-221, ВитаминА-81, ВитаминС-30, Магний-176	



И.А. Паева

Заведующая  
столовой

Кучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

Халлуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

04.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 1вт)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	<b>Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)</b>	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
160	<b>Омлет натуральный</b>	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	<b>Пряники</b>	Калорийность-146, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Магний-4	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-526, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-65, ВитаминА-289, ВитаминС-1, Магний-45	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из свеклы отварной</b>	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11	=
200/10	<b>Суп крестьянский с крупой со сметаной</b>	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминС-8, Магний-17	=
90/30	<b>Рыбные хлебцы (паровые) с молочным соусом</b>	Калорийность-149, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-8, Магний-25	=
150	<b>Пюре картофельное</b>	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-705, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-97, ВитаминА-30, ВитаминС-15, Магний-119	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 231, Белки-50, Жиры-42, Углеводы-162, ВитаминА-319, ВитаминС- 16, Магний-164	



Ген. директор

М.А. Иванова

Заведующая  
столовой

Кучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

05.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
зимне-весенний), 1ср)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
90	<b>Котлеты "Школьные"</b>	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, ВитаминА-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы- 29, Магний-8	=
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Кукуруза отварная</b>	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3, Углеводы- 37, Магний-38	=
200/10	<b>Борщ с капустой и картофелем со сметаной</b>	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-22	=
90	<b>Биточки из птицы припущенные</b>	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы- 8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы- 10, ВитаминА-24, Магний-89	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
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>			<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>			<b>Калорийность-1 429, Белки-60, Жиры-39, Углеводы-197, ВитаминА-118, ВитаминС-11, Магний-252</b>



Ген. директор

М.А. Плева  
И.А. Докучаева

Заведующая  
столовой

Кукумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

06.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 1чт)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
15	<b>Сыр сычужный твердый порциями</b>	Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4, Магний-8	=
200	<b>Каша пшеничная вязкая</b>	Калорийность-251, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38, ВитаминА-40, ВитаминС-1, Магний-45	=
80	<b>Булочка российская</b>	Калорийность-224, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-38, ВитаминА-34, Магний-8	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	<b>Чай с лимоном</b>	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-660, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-106, ВитаминА-74, ВитаминС-2, Магний-72	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из квашеной капусты с луком</b>	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-11, Магний-9	=
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>	Калорийность-111, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-8, Магний-24	=
180	<b>Рагу из птицы</b>	Калорийность-255, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-16, ВитаминС-11, Магний-40	=
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
60	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
40	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-711, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-101, ВитаминС-110, Магний-103	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 372, Белки-48, Жиры-39, Углеводы-207, ВитаминА-74, ВитаминС-112, Магний-175	

Ген. директор



Заведующая  
столовой

Хучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

07.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 1пт)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
90	Биточки из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
40	Вафли	Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>101-27</b>
<u>Обед</u>			
60	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
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	=
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>			<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>			<b>Калорийность-1 269, Белки-55, Жиры-42, Углеводы-167, ВитаминА-86, ВитаминС-47, Магний-166</b>



Заведующая  
столовой  Кучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог  Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

10.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2пн)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
45	Бутерброды с повидлом	Калорийность-136, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, ВитаминА-23, Магний-4	=
200	Каша пшенная вязкая	Калорийность-254, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-37, ВитаминА-40, ВитаминС-1, Магний-55	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Какао с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
150	Фрукты свежие	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-11, Магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-644, Белки-18, Жиры-16, Углеводы-109, ВитаминА-82, ВитаминС-13, Магний-101	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
60	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-5, ВитаминС-4, Магний-9	=
200/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-82, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-6, ВитаминС-15, Магний-19	=
120	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-204, Белки-12, Жиры-13, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-18	=
150	Рис с овощами	Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-31, ВитаминС-2, Магний-29	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
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-842, Белки-26, Жиры-29, Углеводы-117, ВитаминС-27, Магний-119	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 486, Белки-44, Жиры-45, Углеводы-226, ВитаминА-82, ВитаминС-40, Магний-220	



директор

М.А. Паева

Заведующая  
столовой

Кучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

11.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2вт)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
90	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-240, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-6, ВитаминА-76, ВитаминС-1, Магний-20	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-10, ВитаминА-24, Магний-89	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-595, Белки-26, Жиры-23, Углеводы-56, ВитаминА-100, ВитаминС-2, Магний-122	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
60	Кукуруза отварная	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-37, Магний-38	=
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-111, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-8, Магний-24	=
90	Биточки рыбные	Калорийность-102, Белки-13, Жиры-2, Углеводы-9, Магний-21	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из свежих яблок	Калорийность-46, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-2	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-771, Белки-32, Жиры-14, Углеводы-128, ВитаминА-30, ВитаминС-13, Магний-137	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 366, Белки-58, Жиры-37, Углеводы-184, ВитаминА-130, ВитаминС-15, Магний-259	



ООО «Пермская компания проф. групп»  
И.О. директор И.О. Пасва

Заведующая  
столовой

Хучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

12.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2ср)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
15	<b>Сыр сычужный твердый порциями</b>	Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4, Магний-8	=
200	<b>Каша рисовая вязкая</b>	Калорийность-236, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-37, ВитаминА-41, ВитаминС-1, Магний-37	=
200	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
80	<b>Булочка ванильная</b>	Калорийность-264, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-45, Магний-8	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-733, Белки-22, Жиры-20, Углеводы-116, ВитаминА-60, ВитаминС-2, Магний-72	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)</b>	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
200/10	<b>Рассольник ленинградский со сметаной</b>	Калорийность-113, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13, ВитаминС-6, Магний-22	=
90	<b>Котлеты из птицы припущенные</b>	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	<b>Макаронные изделия отварные</b>	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	<b>Напиток из шиповника</b>	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
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-737, Белки-32, Жиры-19, Углеводы-111, ВитаминА-64, ВитаминС-88, Магний-95	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 471, Белки-54, Жиры-39, Углеводы-227, ВитаминА-124, ВитаминС-90, Магний-167	



Директор МАОУ "Баш-Култаевская школа" М.А. Пасва

Заведующая  
столовой

Кучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

Халлулина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

13.03.2025 (Н.школа 7-11 лет

(зимне-весенний), 2чт)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
180/30	<b>Запеканка из творога со сгущенным молоком</b>	Калорийность-470, Белки-40, Жиры-14, Углеводы-47, ВитаминаА-77, ВитаминС-1, Магний-56	=
50	<b>Печенье</b>	Калорийность-209, Белки-4, Жиры-5, Углеводы- 37, Магний-10	=
40	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний- 6	=
200	<b>Чай с сахаром</b>	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-811, Белки-47, Жиры-19, Углеводы-113, ВитаминаА-77, ВитаминС-1, Магний-76	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
60	<b>Салат из свеклы с чесноком</b>	Калорийность-79, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-13	=
200	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	Калорийность-86, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-12, ВитаминС-7, Магний-20	=
90	<b>Шницель рубленый</b>	Калорийность-206, Белки-14, Жиры-10, Углеводы-14	=
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы- 10, ВитаминаА-24, Магний-89	=
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b>	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний- 14	=
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-827, Белки-31, Жиры-26, Углеводы-101, ВитаминаА-24, ВитаминС-10, Магний-170	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 638, Белки-78, Жиры-45, Углеводы-214, ВитаминаА-101, ВитаминС-11, Магний-246	

Ген. директор



Заведующая  
столовой

*Handwritten signature of N. Khuchumova*

Кучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

*Handwritten signature of S.P. Khalnulina*

Халнуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

14.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 2пт)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
50	Яйца вареные	Калорийность-79, Белки-6, Жиры-6, Магний-6	=
200	Каша пшеничная вязкая	Калорийность-251, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38, ВитаминА-40, ВитаминС-1, Магний-45	=
40	Пряники	Калорийность-146, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-626, Белки-20, Жиры-15, Углеводы-102, ВитаминА-43, ВитаминС-1, Магний-61	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
60	Салат из квашеной капусты с луком	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-11, Магний-9	=
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-27	=
180	Плов из отварной птицы	Калорийность-350, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-23, ВитаминА-71, ВитаминС-1, Магний-32	=
200	Компот из яблок и ягод замороженных	Калорийность-45, Углеводы-11, ВитаминС-9, Магний-4	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-773, Белки-29, Жиры-31, Углеводы-93, ВитаминА-71, ВитаминС-31, Магний-99	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 399, Белки-49, Жиры-46, Углеводы-195, ВитаминА-114, ВитаминС-32, Магний-160	



Генеральный директор М.А. Слева

Заведующая  
столовой

Кучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

17.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 1пн)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
45	Бутерброды с повидлом	Калорийность-136, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, ВитаминА-23, Магний-4	=
200	Каша "Дружба"	Калорийность-192, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-28, ВитаминА-39, ВитаминС-1, Магний-31	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Какао с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
150	Фрукты свежие	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-11, Магний-14	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-582, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-100, ВитаминА-81, ВитаминС-13, Магний-77	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
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	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы-29, Магний-8	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
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-813, Белки-29, Жиры-23, Углеводы-121, ВитаминС-17, Магний-99	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 394, Белки-43, Жиры-38, Углеводы-221, ВитаминА-81, ВитаминС-30, Магний-176	

Ген. директор

М.А. Писва



Заведующая  
столовой

Кучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

Халуллин С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

18.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
зимне-весенний), 1вт)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
60	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-38, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-3, ВитаминА-11, ВитаминС-1, Магний-11	=
160	Омлет натуральный	Калорийность-209, Белки-14, Жиры-16, Углеводы-3, ВитаминА-278, Магний-20	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Пряники	Калорийность-146, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Магний-4	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-526, Белки-21, Жиры-20, Углеводы-65, ВитаминА-289, ВитаминС-1, Магний-45	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
60	Салат из свеклы отварной	Калорийность-53, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, ВитаминС-3, Магний-11	=
200/10	Суп крестьянский с крупой со сметаной	Калорийность-106, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-12, ВитаминС-8, Магний-17	=
90/30	Рыбные хлебцы (паровые) с молочным соусом	Калорийность-149, Белки-14, Жиры-7, Углеводы-8, Магний-25	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-705, Белки-29, Жиры-22, Углеводы-97, ВитаминА-30, ВитаминС-15, Магний-119	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 231, Белки-50, Жиры-42, Углеводы-162, ВитаминА-319, ВитаминС- 16, Магний-164	



Заведующая  
столовой

Хучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

19.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 1ср)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
90	Котлеты "Школьные"	Калорийность-189, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-11, Витамина-22, ВитаминС-1, Магний-19	=
150	Макаронные изделия отварные	Калорийность-145, Белки-6, Жиры-1, Углеводы- 29, Магний-8	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Витамина-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-563, Белки-27, Жиры-14, Углеводы-84, Витамина-41, ВитаминС-2, Магний-48	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
60	Кукуруза отварная	Калорийность-200, Белки-5, Жиры-3, Углеводы- 37, Магний-38	=
200/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-92, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминС-8, Магний-22	=
90	Биточки из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы- 8, Витамина-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-174, Белки-6, Жиры-6, Углеводы- 10, Витамина-24, Магний-89	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-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-867, Белки-33, Жиры-25, Углеводы-113, Витамина-77, ВитаминС-9, Магний-204	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 429, Белки-60, Жиры-39, Углеводы-197, Витамина-118, ВитаминС-11, Магний-252	



Заведующая  
столовой Кучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

20.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
(зимне-весенний), 1чт)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
15	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-52, Белки-4, Жиры-4, Магний-8	=
200	Каша пшеничная вязкая	Калорийность-251, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-38, ВитаминА-40, ВитаминС-1, Магний-45	=
80	Булочка российская	Калорийность-224, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-38, ВитаминА-34, Магний-8	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-660, Белки-21, Жиры-17, Углеводы-106, ВитаминА-74, ВитаминС-2, Магний-72	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
60	Салат из квашеной капусты с луком	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-5, ВитаминС-11, Магний-9	=
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-111, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-8, Магний-24	=
180	Рагу из птицы	Калорийность-255, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-16, ВитаминС-11, Магний-40	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
60	Хлеб пшеничный	Калорийность-141, Белки-5, Углеводы-30, Магний-8	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
<b>Итого за Обед</b>		Калорийность-711, Белки-27, Жиры-22, Углеводы-101, ВитаминС-110, Магний-103	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 372, Белки-48, Жиры-39, Углеводы-207, ВитаминА-74, ВитаминС-112, Магний-175	

Ген. директор



Заведующая  
столовой

*Кучумова Н.Х.*  
Кучумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

*Халиуллина С.П.*  
Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа"

СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн

21.03.2025 (Н.школа 7-11 лет  
зимне-весенний), 1шт

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<b>Завтрак</b>			
90	Биточки из птицы припущенные	Калорийность-165, Белки-14, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминА-53, ВитаминС-1, Магний-17	=
150	Пюре картофельное	Калорийность-102, Белки-3, Жиры-6, Углеводы-9, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-25	=
40	Вафли	Калорийность-140, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-31, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
<b>Итого за Завтрак</b>		Калорийность-557, Белки-21, Жиры-16, Углеводы-82, ВитаминА-86, ВитаминС-5, Магний-52	<b>101-27</b>
<b>Обед</b>			
60	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-36, Жиры-4, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-1	=
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	=
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-713, Белки-34, Жиры-26, Углеводы-85, ВитаминС-42, Магний-114	<b>101-27</b>
<b>Итого за день</b>		Калорийность-1 269, Белки-55, Жиры-42, Углеводы-167, ВитаминА-86, ВитаминС-47, Магний-166	

Ген. директор



М.А. Пивов

Заведующая  
столовой

*Кукумова Н.Х.*  
Кукумова Н.Х.

Инженер-  
технолог

*Халиуллина С.П.*

Халиуллина С.П.