

УТВЕРЖДАЮ

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



04.05.2026 (С.школа 5-11 класс
(зимне-весенний), 2пн)

Меню 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>Завтрак</u>			
45	Бутерброды с повидлом	Калорийность-134. Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, ВитаминА-20, Магний-4	=
230	Каша "Дружба"	Калорийность-220. Белки-6, Жиры-8, Углеводы-32, ВитаминА-45, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	Пряники	Калорийность-146, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Завтрак		Калорийность-683, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-119, ВитаминА-84, ВитаминС-3, Магний-62	=
<u>Обед</u>			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-111, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-8, Магний-24	=
100	Фрикадельки из говядины паровые	Калорийность-197, Белки-14, Жиры-13, Углеводы-7, Магний-17	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-208, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108, Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
Итого за Обед		Калорийность-889, Белки-32, Жиры-32, Углеводы-101, ВитаминА-29, ВитаминС-20, Магний-192	=
Итого за день		Калорийность-1 572, Белки-48, Жиры-49, Углеводы-220, ВитаминА-113, ВитаминС-23, Магний-254	191-01



Ген. директор М.А. Паша

Заведующая
столовой

Сидорова

Учитель Н.Х.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа
"Интеграция" СП МАОУ «Бачи-Култаевская школа»
Е.В. Эйхорн



05.05.2026 (С.школа 5-11 класс
(зимне-весенний), 2вт)

Меню 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>Завтрак</u>			
100	Тефтели из говядины (паровые)	Калорийность-173, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-9, ВитаминС-2, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-35, ВитаминА-41, Магний-11	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Завтрак		Калорийность-588, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-84, ВитаминА-41, ВитаминС-3, Магний-55	=
<u>Обед</u>			
100	Салат из соленых огурцов с луком	Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2	=
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-8, ВитаминС-18, Магний-23	=
220	Плов из отварной птицы	Калорийность-427, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-29, ВитаминА-86, ВитаминС-1, Магний-39	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
Итого за Обед		Калорийность-811, Белки-30, Жиры-38, Углеводы-86, ВитаминА-86, ВитаминС-20, Магний-101	=
Итого за день		Калорийность-1 398, Белки-55, Жиры-54, Углеводы-170, ВитаминА-127, ВитаминС-23, Магний-156	191-01

Ген. директор М.А. Писель



Заведующая
столовой

Кушумова Н.Х.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа
"Интеграция" СП МАОУ «Бай-Култаевская школа»

Е.В. Эдвард



06.05.2026 (С.школа 5-11 класс
(зимне-весенний), 2ср)

Меню 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>Завтрак</u>			
40	Яйца вареные	Калорийность-63, Белки-5, Жиры-5, Магний-5	=
230	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	Калорийность-232, Белки-7, Жиры-9, Углеводы-29, ВитаминА-49, ВитаминС-2, Магний-56	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
40	Печенье	Калорийность-167, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Завтрак		Калорийность-612, Белки-18, Жиры-18, Углеводы-93, ВитаминА-52, ВитаминС-2, Магний-75	=
<u>Обед</u>			
100	Кукуруза отварная	Калорийность-333, Белки-9, Жиры-6, Углеводы-62, Магний-64	=
250/10	Рассольник ленинградский со сметаной	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-27	=
100	Шницель рыбный натуральный	Калорийность-113, Белки-15, Жиры-1, Углеводы-10, ВитаминА-20, ВитаминС-3, Магний-35	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-30	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-78, Белки-1, Углеводы-18, ВитаминС-80, Магний-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-907, Белки-35, Жиры-21, Углеводы-142, ВитаминА-56, ВитаминС-96, Магний-177	=
Итого за день		Калорийность-1 518, Белки-53, Жиры-39, Углеводы-235, ВитаминА-108, ВитаминС-98, Магний-252	191-01

Ген. директор М.А. Пасова



Заведующий
столовой

Исчужева Н.Х.

Инженер-
технолог

Халнулина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Култаевская средняя школа
"Интеграция" СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»



07.05.2026 (С.школа 5-11 класс
(зимне-весенний), 2чт)

Меню с 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
180	Запеканка из творога	Калорийность-510, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-29, ВитаминС-1, Магний-46	=
40	Молоко сгущенное	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22, Магний-14	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
120	Фрукты свежие	Калорийность-53, Углеводы-12, ВитаминС-8, Магний-11	=
Итого за Завтрак		Калорийность-803, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-87, ВитаминС-9, Магний-79	=
Обед			
100	Салат из свеклы отварной	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, ВитаминС-6, Магний-19	=
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, ВитаминС-9, Магний-26	=
100	Котлеты "Школьные"	Калорийность-210, Белки-15, Жиры-11, Углеводы-13, ВитаминА-25, ВитаминС-1, Магний-21	=
180	Каруска тушеная	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-15, ВитаминА-31, ВитаминС-26, Магний-41	=
200	Компот из апельсинов с яблоками	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-22, ВитаминС-12, Магний-8	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
Итого за Обед		Калорийность-793, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-106, ВитаминА-56, ВитаминС-54, Магний-140	=
Итого за день		Калорийность-1596, Белки-64, Жиры-60, Углеводы-193, ВитаминА-56, ВитаминС-63, Магний-219	191-01



Заведующая
столовой

Султанова Н.Х.
Султанова Н.Х.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.П.
Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «Культурно-просветительский центр «Интеграция» СШ МАОУ «Баи-Култаевская школа»
Е.В. Духовникова



08.05.2026 (С.школа 5-11 класс
зимне-весенний), 2шт)

Меню с 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	мг. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Овощи консервированные порциями (огурцы)	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-3, Магний-14	=
220	Рагу из птицы	Калорийность-312, Белки-17, Жиры-18, Углеводы-20, ВитаминС-13, Магний-49	=
200	Какао с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Завтрак		Калорийность-557, Белки-26, Жиры-21, Углеводы-64, ВитаминА-19, ВитаминС-17, Магний-108	=
Обед			
100	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-117, Белки-1, Жиры-10, Углеводы-5, ВитаминС-15, Магний-12	=
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-11, ВитаминС-10, Магний-27	=
130	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-237, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-11, ВитаминС-1, Магний-21	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-174, Белки-7, Жиры-1, Углеводы-35, Магний-10	=
200	Компот из ягод замороженных	Калорийность-44, Углеводы-11, ВитаминС-17, Магний-6	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-847, Белки-30, Жиры-33, Углеводы-106, ВитаминС-43, Магний-101	=
Итого за день		Калорийность-1403, Белки-56, Жиры-54, Углеводы-170, ВитаминА-19, ВитаминС-60, Магний-209	191-01



Заведующая столовой

_____ (подпись)
И.Х.

Инженер-технолог

_____ (подпись)
Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа
"Интеграция" СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»



Е.В. Эйгорн

12.05.2026 (С.школа 5-11 класс
(зимне-весенний), 1пн)

Меню €12 лет и старше ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
45	Бутерброды с повидлом	Калорийность-134, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, ВитаминА-20, Магний-4	=
230	Каша "Дружба"	Калорийность-220, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-32, ВитаминА-45, ВитаминС-2, Магний-35	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	Пряники	Калорийность-146, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Завтрак		Калорийность-683, Белки-16, Жиры-17, Углеводы-119, ВитаминА-84, ВитаминС-3, Магний-62	=
<u>Обед</u>			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-111, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-8, Магний-24	=
130	Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	Калорийность-234, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-10, Магний-17	=
180	Рис припущенный	Калорийность-212, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-34, ВитаминА-31, Магний-22	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-883, Белки-28, Жиры-33, Углеводы-116, ВитаминА-31, ВитаминС-15, Магний-110	=
Итого за день		Калорийность-1 566, Белки-44, Жиры-50, Углеводы-235, ВитаминА-115, ВитаминС-18, Магний-172	191-01



Ген. директор М.А. Льева

Заведующая
столовой *Сидорова*

Кучумова Н.Х.

Инженер-технолог *Халиуллина*

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа
"Интеграция" СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»



13.05.2026 (С.школа 5-11 класс
(зимне-весенний), 1ср)

Меню с 12 лет и старше ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Овощи консервированные отварные (зеленый горошек)	Калорийность-64, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-5. ВитаминА-18, ВитаминС-2, Магний-18	=
180	Омлет натуральный	Калорийность-235. Белки-16, Жиры-17, Углеводы-4. ВитаминА-313, ВитаминС-1, Магний-22	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-5	=
40	Печенье	Калорийность-167. Белки-3, Жиры-4, Углеводы-30, Магний-8	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Завтрак		Калорийность-577. Белки-24, Жиры-25, Углеводы-64, ВитаминА-331, ВитаминС-4, Магний-57	=
<u>Обед</u>			
100	Кукуруза отварная	Калорийность-333. Белки-9, Жиры-6, Углеводы-62, Магний-64	=
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-92, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7. ВитаминС-7, Магний-27, ВитаминА-10	=
100	Котлеты "Пермские"	Калорийность-171. Белки-14, Жиры-8, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-19	=
180	Капуста тушеная	Калорийность-130. Белки-4, Жиры-6, Углеводы-15, ВитаминА-31, ВитаминС-26, Магний-41	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108. Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-5, Магний-10	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-955. Белки-34, Жиры-26, Углеводы-144, ВитаминА-41, ВитаминС-39, Магний-179	=
Итого за день		Калорийность-1532, Белки-58, Жиры-51, Углеводы-208, ВитаминА-372, ВитаминС-43, Магний-236	191-01

Ген. директор



М.А.Исаева

Заведующая
столовой

[Signature]

Кучумова Н.Х.

Инженер-
технолог

[Signature]

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Культовская средняя школа
"Интеграция" СШ №100 «Башкирская школа»
И.В. Эвдогова



14.05.2026 (С.школа 5-11 класс
(зимне-весенний), 1чт)

Меню с 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Итого за день	Энерг. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
20	Сыр сычужный твердый порциями	Калорийность-69, Белки-5, Жиры-5, Магний-10	=
230	Каши пшеничная молочная жидкая	Калорийность-230, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-33, ВитаминА-43, ВитаминС-1, Магний-43	=
200	Какао с молоком	Калорийность-94, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-22	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
150	Фрукты свежие	Калорийность-66, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15, ВитаминС-11, Магний-14	=
Итого за Завтрак		Калорийность-552, Белки-19, Жиры-17, Углеводы-82, ВитаминА-62, ВитаминС-13, Магний-95	=
<u>Обед</u>			
100	Салат из свеклы отварной	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-8, ВитаминС-6, Магний-19	=
250/10	Рассольник ленинградский со сметаной	Калорийность-137, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-16, ВитаминС-8, Магний-27	=
130	Тефтели из печени с рисом	Калорийность-218, Белки-17, Жиры-8, Углеводы-19, ВитаминА-4833, ВитаминС-13, Магний-33	=
180	Пюре картофельное	Калорийность-122, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-14, ВитаминА-36, ВитаминС-5, Магний-20	=
200	Компот из яблок с лимоном	Калорийность-60, Углеводы-14, ВитаминС-3, 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	=
Итого за Обед		Калорийность-826, Белки-32, Жиры-29, Углеводы-108, ВитаминА-4869, ВитаминС-35, Магний-149	=
Итого за день		Калорийность-1378, Белки-51, Жиры-46, Углеводы-190, ВитаминА-4931, ВитаминС-48, Магний-244	191-01

Ген. директор



Заведующий столовой

Эвдогова И.В.

М.П.И.Х.

В.Жетер-технолог

Жетер-технолог

Халимуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Культяевская средняя школа
"Интеграция" СП МАОУ «Бац-Бумтаевская школа»
Г.Б. Эпхгорел



15.05.2026 (С.школа 5-11 класс
(зимне-весенний), 1пт)

Меню 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>Завтрак</u>			
100	Биточки рыбные	Калорийность-113. Белки-14, Жиры-2, Углеводы-10, Магний-23	=
180	Рис отварной	Калорийность-246. Белки-4, Жиры-7, Углеводы-41, Магний-27	=
200	Чай каркаде	Калорийность-56, Углеводы-14, ВитаминА-3	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-14	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Завтрак		Калорийность-561. Белки-23. Жиры-9, Углеводы-95, ВитаминА-3, Магний-70	=
<u>Обед</u>			
100	Овощи консервированные порциями (огурцы)	Калорийность-11, Белки-1, Углеводы-2, ВитаминС-3, Магний-14	=
250/10	Суп из овощей со сметаной	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-9, ВитаминС-9, Магний-23	=
100	Кнели из птицы с рисом	Калорийность-267, Белки-17. Жиры-19, Углеводы-7, ВитаминА-84, ВитаминС-1, Магний-22	=
180	Макароны отварные с овощами	Калорийность-187. Белки-6, Жиры-4, Углеводы-31, ВитаминА-30, ВитаминС-4, Магний-22	=
200	Напиток из шиповника	Калорийность-97, Белки-1, Углеводы-23, ВитаминС-70, Магний-3	=
60	Хлеб ржаной	Калорийность-104. Белки-4, Жиры-1, Углеводы-20, Магний-28	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-6	=
Итого за Обед		Калорийность-860. Белки-34. Жиры-31, Углеводы-112, ВитаминА-114, ВитаминС-87, Магний-118	=
Итого за день		Калорийность-1421, Белки-57. Жиры-40, Углеводы-207, ВитаминА-117, ВитаминС-87, Магний-188	191-01

Ген. директор



Заведующая
столовой

Халиуллина С.П.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Культурно-просветительский центр школы №1
"Интеграция" АСП



18.05.2026 (С.школа 5-11 класс
зимне-весенний), 2пн)

Меню 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
45	Бутерброды с повидлом	Калорийность-134 Белки-2, Жиры-4, Углеводы-23, ВитаминА-20, Магний-4	=
230	Каша "Дружба"	Калорийность-220 Белки-6, Жиры-8, Углеводы-32, ВитаминА-45, ВитаминС-2, Магний-75	=
200	Кофейный напиток с молоком	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1, Магний-13	=
40	Пряники	Калорийность-146 Белки-2, Жиры-2, Углеводы-30, Магний-4	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-4	=
Итого за Завтрак		Калорийность-683 Белки-16 Жиры-17, Углеводы-119, ВитаминА-84, ВитаминС-3, Магний-112	=
<u>Обед</u>			
100	Икра кабачковая (промышленного производства)	Калорийность-119 Белки-2, Жиры-9, Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15	=
250	Суп картофельный с макаронными изделиями	Калорийность-111 Белки-3 Жиры-3, Углеводы-19, ВитаминС-8, Магний-24	=
100	Фрикадельки из говядины паровые	Калорийность-197 Белки-14, Жиры-13, Углеводы-7, Магний-17	=
180	Каша гречневая рассыпчатая	Калорийность-208 Белки-7, Жиры-7, Углеводы-12, ВитаминА-29, Магний-106	=
200	Сок фруктовый	Калорийность-108 Белки-1, Углеводы-25, ВитаминС-7, Магний-17	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-4	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Магний-11	=
Итого за Обед		Калорийность-819 Белки-32 Жиры-32, Углеводы-101, Витамин А-29, ВитаминС-20, Магний-142	=
Итого за день		Калорийность-1502, Белки-48, Жиры-49, Углеводы-220, Витамин А-113, ВитаминС-23, Магний-254	191-01

Ген. директор



Заведующий
столовой



Учитель Н.Х.

Обжортер
технолог

Халиуллина С.П.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Башкирская средняя школа
"Интеграция" СШ МАОУ "Башкирская средняя школа"



19.05.2026 (С.школа 5-11 класс
(зимне-весенний), 2вт)

Меню с 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	Энерг. ценность (ккал), белки (г), углеводы (г), жиры (г), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
100	Тефтели из говядины (паровые)	Калорийность-173, Белки-13, Жиры-9, Углеводы-9, ВитаминС-2, Магний-19	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-228, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-35, ВитаминА-41, Магний-11	=
200	Чай с лимоном	Калорийность-40, Углеводы-10, ВитаминС-1, Магний-7	=
30	Хлеб ржаной	Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10, Жиры-1	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20, Магний-4	=
Итого за Завтрак		Калорийность-588, Белки-25, Жиры-16, Углеводы-84, ВитаминА-41, ВитаминС-3, Магний-55	=
<u>Обед</u>			
100	Салат из соевых огурцов с луком	Калорийность-60, Жиры-6, Углеводы-1, ВитаминС-1, Магний-2	=
250/10	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	Калорийность-99, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-18, ВитаминС-18, Магний-23	=
220	Плов из отварной птицы	Калорийность-427, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-20, ВитаминА-86, ВитаминС-1, Магний-10	=
200	Компот из смеси сухофруктов	Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20, Магний-14	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-4	=
Итого за Обед		Калорийность-811, Белки-30, Жиры-38, Углеводы-85, ВитаминА-86, ВитаминС-20, Магний-10	=
Итого за день		Калорийность-1398, Белки-55, Жиры-54, Углеводы-170, ВитаминА-127, ВитаминС-23, Магний-69	191-01

Ген. директор

Халиуллина С.П.

Заместитель
директора

Алиев

З.Н.Х.

Специальный
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ

"Интеграция" СШ



21.05.2026 (С.школа 5-11 класс
зимне-весенний), 2чт)

Меню для 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эл. пов. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>Завтрак</u>			
180	Запеканка из творога	Калорийность-510, Белки-29, Жиры-30, Углеводы-29, Витамины: 1, Магний-46	=
40	Молоко сгущенное	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22, Магний-14	=
200	Чай с сахаром	Калорийность-38, Углеводы-9, Магний-4	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15, Магний-4	=
120	Фрукты свежие	Калорийность-5, Углеводы-1, ВитаминС-8, Магний-1	=
Итого за Завтрак		Калорийность-813, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-79, Витамины: 9, Магний-79	=
<u>Обед</u>			
100	Салат из свеклы отварной	Калорийность-87, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-8, ВитаминыС-6, Магний-19	=
250	Суп картофельный с бобовыми	Калорийность-108, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-17, ВитаминыС-9, Магний-26	=
100	Компоты "Школьные"	Калорийность-240, Белки-13, Жиры-11, Углеводы-13, Витамины-25, ВитаминС-1, Магний-73	=
180	Капуста тушеная	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-15, ВитаминА-31, ВитаминС-26, Магний-61	=
200	Компот из апельсинов с яблоками	Калорийность-94, Белки-1, Углеводы-22, Витамины-12, Магний-3	=
40	Хлеб пшеничный 1	Калорийность-94, Белки-2, Углеводы-20, Магний-4	=
40	Хлеб ржаной	Калорийность-70, Белки-3, Углеводы-13, Магний-19	=
Итого за Обед		Калорийность-793, Белки-30, Жиры-27, Углеводы-146, Витамин А-56, ВитаминС-54, Магний-149	=
Итого за день		Калорийность-1596, Белки-64, Жиры-60, Углеводы-195, Витамин А-56, ВитаминС-63, Магний-191	191-01



Директор: *Халиуллина С.П.*

Учитель: *Халиуллина С.П.*

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ
"Интеграция" ОП



22.05.2026 (С.школа 5-11 класс
(зимне-весенний), 2шт)

Меню 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Наименование блюда	состав (ккал, белок, г, углеводы (г), жиры (г), витамины (мг), микроэлементы (мг))	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
100	Овоцы кот серви дованые порци ми (огурь)	Калорийность-1, белок-0, Углеводы-2, Витамины-3, Магний-1	=
220	Рагу из птицы	Калорийность-3,2 Белок-17 Жиры-18, Магний-23, Витамины-13, Магний-49	=
200	Какао с молоком	Калорийность-9, Жиры-3, Жиры-3, Сахар-14, Витамин А-19, Витамин С-1, Магний-1	=
40	Хлеб русский	Калорийность-70, белок-3, Углеводы-13, Жиры-1	=
30	Хлеб пшеничный	Калорийность-71, белок-2, Углеводы-15, Жиры-1	=
Итого за Завтрак		Калорийность-5,7 Белок-23 Жиры-27, Магний-53, Витамин А-19, Витамин С-17, Магний-51	=
Обед			
100	Салат из квашеной капусты с яблоками	Калорийность-1,7 Белок-1 Жиры-10, Жиры-10,5 Витамин С-15, Магний-12	=
250/10	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	Калорийность-11,1 Белок-2 Жиры-7, Жиры-11, Витамин С-10, Магний-27	=
130	Тефтели из говядины в молочном соусе	Калорийность-2,7 Белок-14 Жиры-15, Магний-11, Витамин С-1, Магний-21	=
180	Макаронные изделия отварные	Калорийность-17,4 Белок-7 Жиры-1, Жиры-17,3, Магний-11	=
200	Компот из ягод замороженных	Калорийность-4,1 Углеводы-1, Витамины-7, Магний-6	=
40	Хлеб русский	Калорийность-70, белок-3, Углеводы-13, Жиры-1	=
40	Хлеб пшеничный	Калорийность-9, белок-3, Углеводы-20, Жиры-1	=
Итого за Обед		Калорийность-8,7 Белок-30 Жиры-33, Углеводы-106, Витамин С-43, Магний-101	=
Итого за обед		Калорийность-14,4 Белок-76 Жиры-54, Жиры-14,70, Витамин А-19, Витамин С-60, Магний-109	191-01



Ген. директор *Алибаева*

Заведующий столовой *Алибаева*

Секретарь И.Х.

Инженер-технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "Култаевская средняя школа
"Интеграция" СП МАОУ «Баш-Култаевская школа»

Е.В. Эйхгорн



25.05.2026 (С.школа 5-11 класс
(зимне-весенний), 1пн)

Меню с 12 лет и старше ОБЗ

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
-----------	--------------------	--	----------------------------

Завтрак

45 *Бутерброды с повидлом*

Калорийность-134, Белки-2, Жиры-4,
Углеводы-23, ВитаминА-20, Магний-4

=

230 *Каша "Дружба"*

Калорийность-220, Белки-6, Жиры-8,
Углеводы-32, ВитаминА-45, ВитаминС-2,
Магний-35

=

200 *Кофейный напиток с молоком*

Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3,
Углеводы-14, ВитаминА-19, ВитаминС-1,
Магний-13

=

40 *Пряники*

Калорийность-146, Белки-2, Жиры-2,
Углеводы-30, Магний-4

=

40 *Хлеб пшеничный*

Калорийность-94, Белки-3, Углеводы-20,
Магний-6

=

Итого за Завтрак

Калорийность-683, Белки-16, Жиры-17,
Углеводы-119, ВитаминА-84, ВитаминС-3,
Магний-62

=

Обед

100 *Икра кабачковая
(промышленного производства)*

Калорийность-119, Белки-2, Жиры-9,
Углеводы-8, ВитаминС-7, Магний-15

=

250 *Суп картофельный с
макаронными изделиями*

Калорийность-111, Белки-3, Жиры-3,
Углеводы-19, ВитаминС-8, Магний-24

=

130 *Фрикадельки из говядины,
тушеные в соусе*

Калорийность-234, Белки-14, Жиры-15,
Углеводы-10, Магний-17

=

180 *Рис припущенный*

Калорийность-212, Белки-4, Жиры-6,
Углеводы-34, ВитаминА-31, Магний-22

=

200 *Компот из смеси сухофруктов*

Калорийность-84, Белки-1, Углеводы-20,
Магний-14

=

30 *Хлеб ржаной*

Калорийность-52, Белки-2, Углеводы-10,
Магний-14

=

30 *Хлеб пшеничный*

Калорийность-71, Белки-2, Углеводы-15,
Магний-4

=

Итого за Обед

Калорийность-883, Белки-28, Жиры-33,
Углеводы-116, ВитаминА-31, ВитаминС-15,
Магний-110

=

Итого за день

Калорийность-1 566, Белки-44, Жиры-50,
Углеводы-235, ВитаминА-115, ВитаминС-18,
Магний-172

191-01

Ген. директор

М.А. Паева

Заведующая
столовой

Кучумова Н.Х.

Инженер-
технолог

Халиуллина С.П.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ "СШ №11"

Инициалы



26.05.2026 (С школа 5-11 класс
(зудис-весенний), 1вт)

Меню с 12 лет и старше ОВЗ

Выход (г)	Число порций	Застава	Углеводы (г), белки (г), жиры (г), клетчатка (г), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
100	Комплеты "Школьные"	Углеводы-210, Белки-15, Жиры-11, Клетчатка-13, Витамин А-25, Витамин С-1, Микроэлементы-1	=	
180	Каши гречневая рассыпчатая	Углеводы-206, Белки-7, Жиры-7, Клетчатка-12, Витамин А-21, Микроэлементы-106	=	
200	Чай с сахаром	Углеводы-38, Углеводы-4, Микроэлементы-4	=	
40	Хлеб ржаной	Углеводы-94, Белки-3, Углеводы-20, Микроэлементы-10	=	
30	Хлеб ржаной	Углеводы-52, Белки-3, Углеводы-10, Микроэлементы-4	=	
		Итого за Завтрак	Углеводы-560, Белки-38, Жиры-18, Клетчатка-3, Витамин А-54, Витамин С-1, Микроэлементы-1	=
		Обед		
100	Салат из квашеной капусты с луком	Углеводы-94, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-13, Витамин С-13, Микроэлементы-14	=	
250	Суп картофельный с бобовыми	Углеводы-106, Белки-2, Жиры-4, Клетчатка-7, Витамин С-3, Микроэлементы-26	=	
220	Плов из отварной птицы	Углеводы-425, Белки-21, Жиры-25, Клетчатка-10, Витамин А-86, Витамин С-1, Микроэлементы-30	=	
200	Чай каркаде	Углеводы-56, Углеводы-1, Витамин А-3	=	
40	Хлеб ржаной	Углеводы-70, Белки-3, Углеводы-13, Микроэлементы-10	=	
40	Хлеб ржаной	Углеводы-94, Белки-3, Углеводы-20, Микроэлементы-10	=	
		Итого за Обед	Углеводы-134, Белки-12, Жиры-35, Клетчатка-3, Витамин А-89, Витамин С-28, Микроэлементы-11	=
		Итого за день	Углеводы-1452, Белки-51, Жиры-53, Клетчатка-13, Витамин А-143, Витамин С-29, Микроэлементы-22	191-01

Ген. директор

Инициалы

Заведующий

Инициалы

Специалист

Инициалы

Халиуллина С.П.