

Утверждаю:

И.о. директора МАОУ СОШ № 2

И.М. Балтабаев

МЕНЮ ЗАВТРАКА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 7-11 лет)

	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
6 октября 2025 г. Понедельник			
Завтрак			
18/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	100	202,66
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	185,88
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Завтрак'		500	528,18
7 октября 2025 г. Вторник			
Завтрак			
19/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	41,00
24/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	90	193,60
32/3	Рагу из овощей	150	147,20
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Завтрак'		550	557,96
8 октября 2025 г. Среда			
Завтрак			
2/13	Хлеб с сыром	30/10	104,07
2/6	Омлет запеченный или паровой	150	211,23
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
пром.	Мандарины	230	93,38
Итого за 'Завтрак'		640	543,90
9 октября 2025 г. Четверг			
Завтрак			
2/9	Бедро куриное отварное в соусе (вар 2)	130	229,25
11/3	Капуста тушеная	150	102,12
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Завтрак'		530	471,00
10 октября 2025 г. Пятница			
Завтрак			
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе	120	143,11
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
30/10	Чай с молоком	200	95,20
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
Итого за 'Завтрак'		520	472,73

Утверждаю:
И.о. директора МАОУ СОШ № 2
И.М. Балтабаев

МЕНЮ ЗАВТРАКА
для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 12-18 лет)

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
6 октября 2025 г. Понедельник			
Завтрак			
9/8	Печень по-строгановски	120	229,25
47/3	Макаронные изделия отварные	180	223,05
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
Итого за 'Завтрак'			570 668,85
7 октября 2025 г. Вторник			
Завтрак			
16/7	Кнели из рыбы паровые (минтай)	120	202,00
3/3	Картофельное пюре	180	159,10
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	115,80
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
Итого за 'Завтрак'			555 574,54
8 октября 2025 г. Среда			
Завтрак			
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	100	197,30
11/3	Капуста тушеная	180	121,34
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	115,80
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
Итого за 'Завтрак'			550 563,16
9 октября 2025 г. Четверг			
Завтрак			
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	165,59
32/3	Рагу из овощей	180	132,48
6/10	Компот из изюма	200	88,91
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	105,27
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
Итого за 'Завтрак'			550 550,27
10 октября 2025 г. Пятница			
Завтрак			
3/13	Хлеб с маслом и сыром	40	121,87
7/4	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	262,73
30/10	Чай с молоком	200	95,20
пром.	Батон с каротином	60	154,52
Итого за 'Завтрак'			550 634,32

МЕНЮ ОБЕДА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 7-11 лет)

	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
6 октября 2025 г. Понедельник			
Обед			
47/1	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	60	63,74
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
9/8	Печень по-строгановски	100	191,04
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	170,91
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Обед'		840	806,36
7 октября 2025 г. Вторник			
Обед			
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	60	78,68
24/2	Суп молочный с лапшой	250	172,11
8/5	Запеканка (сырники) из творога	150	313,88
-	Молоко сгущенное	30	95,22
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
пром.	Батон с каротином	45	115,89
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Обед'		760	920,67
8 октября 2025 г. Среда			
Обед			
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	60	55,53
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	164,06
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	90	177,57
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Обед'		810	722,49
9 октября 2025 г. Четверг			
Обед			
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60	55,62
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	111,34
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
46/3	Макаронные изделия отварные	150	185,88
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Обед'		840	750,86
10 октября 2025 г. Пятница			
Обед			
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
4/2	Борщ с картофелем	250	165,17
24/8	Биточки из мяса говядины с морковью	90	193,60
11/3	Капуста тушеная	150	101,12
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
Итого за 'Обед'		810	719,30

МЕНЮ ОБЕДА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов
(возраст 12-18 лет)

Утверждаю:

И.о. директора МАОУ СОШ № 2

И.М. Балтабаев

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
---	--------------------	----------	----------

6 октября 2025 г. Понедельник

Обед

47/1	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным	100	106,23
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	205,10
18/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	100	202,66
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,35

Итого за 'Обед'

930 884,39

7 октября 2025 г. Вторник

Обед

16/1	Салат из моркови с растительным маслом	100	98,35
24/2	Суп молочный с лапшой	250	172,11
8/5	Запеканка (сырники) из творога	200	418,51
-	Молоко сгущенное	40	126,96
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
пром.	Батон с каротином	60	154,52
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
пром.	Яблоки	180	87,62

Итого за 'Обед'

880 1212,62

8 октября 2025 г. Среда

Обед

4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	100	92,55
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	174,06
2/6	Омлет запеченный или паровой	180	253,47
12/10	Компот из чернослива и изюма	200	88,66
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01

Итого за 'Обед'

800 750,96

9 октября 2025 г. Четверг

Обед

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	92,69
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	111,34
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
2/9	Бедро куриное отварное в соусе	130	203,86
47/3	Макаронные изделия отварные	180	223,05
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,35

Итого за 'Обед'

960 880,72

10 октября 2025 г. Пятница

Обед

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	105,10
4/2	Борщ с картофелем	250	165,00
24/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	100	225,11
11/3	Капуста тушеная	180	121,34
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,35

Итого за 'Обед'

810 852,44