

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
-----------------------------	-----------	----------

19 января 2026 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

20 января 2026 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

21 января 2026 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

22 января 2026 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

23 января 2026 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
пром.	Пряники	80	293.39
Итого за 'Завтрак'		600	766.12

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
---	--------------------	----------	----------

19 января 2026 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

20 января 2026 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

21 января 2026 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

22 января 2026 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

23 января 2026 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)

Утверждаю:
И.о. директора МАОУ СОШ № 2

И.М. Балтабаев

с ОВЗ и инвалидов

МАОУ
СОШ № 2

ИНН 6614004888

10286011010

	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
--	-----------------------------	-----------	----------

19 января 2026 г. Понедельник

Обед

47/1	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным	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

20 января 2026 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

21 января 2026 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

22 января 2026 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

23 января 2026 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

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

МЕНЮ ОБЕДА

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



№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
19 января 2026 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
20 января 2026 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
21 января 2026 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
22 января 2026 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
23 января 2026 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