

**МЕНЮ ЗАВТРАКА**

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

Утверждаю:

И.о. директора МАОУ СОШ № 2

И.М. Балтабаев



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

**16 марта 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
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>500</b>	<b>528.18</b>

**17 марта 2026 г. Вторник**

**Завтрак**

24/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	100	215.11
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
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>500</b>	<b>538.47</b>

**18 марта 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	115	93.38
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>525</b>	<b>543.90</b>

**19 марта 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
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>530</b>	<b>471.00</b>

**20 марта 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
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>600</b>	<b>766.12</b>

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
<b>16 марта 2026 г. Понедельник</b>			
<b>Завтрак</b>			
9/8	Печень по-строгановски	120	229.25
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	205.10
пром.	Напиток с витаминами Витошка (шиповник гранат)	200	70.71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84.22
пром.	Хлеб ржаной	30	58.01
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>570</b>	<b>647.29</b>
<b>17 марта 2026 г. Вторник</b>			
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>555</b>	<b>574.54</b>
<b>18 марта 2026 г. Среда</b>			
<b>Завтрак</b>			
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	100	197.30
46/3	Макаронные изделия отварные	180	220.73
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74.32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	115.80
пром.	Хлеб ржаной	30	58.01
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>550</b>	<b>666.16</b>
<b>19 марта 2026 г. Четверг</b>			
<b>Завтрак</b>			
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
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>550</b>	<b>550.27</b>
<b>20 марта 2026 г. Пятница</b>			
<b>Завтрак</b>			
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
пром.	Яблоки	180	86.62
<b>Итого за 'Завтрак'</b>		<b>730</b>	<b>720.94</b>

**МЕНЮ ОБЕДА**

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

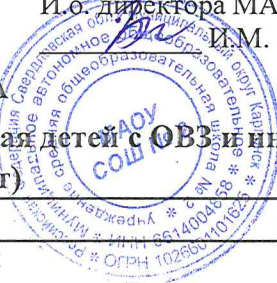


	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
<b>16 марта 2026 г. Понедельник</b>			
<b>Обед</b>			
47/1	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным	60	63.74
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127.39
41/2	Фрикадельки мясные	20	43.64
9/8	Печень по-строгановски	100	191.04
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	170.91
пром.	Напиток с витаминами Витошка (шиповник гранат)	200	70.71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73.69
пром.	Хлеб ржаной	25	48.35
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>840</b>	<b>789.47</b>
<b>17 марта 2026 г. Вторник</b>			
<b>Обед</b>			
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
пром.	Мандарины	115	93.38
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>815</b>	<b>935.37</b>
<b>18 марта 2026 г. Среда</b>			
<b>Обед</b>			
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и	60	60.58
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
6/10	Компот из сухофруктов	200	87.60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73.69
пром.	Хлеб ржаной	25	48.35
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>610</b>	<b>744.43</b>
<b>19 марта 2026 г. Четверг</b>			
<b>Обед</b>			
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63.06
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
32/3	Рагу из овощей	150	147.20
6/10	Компот из изюма	200	88.91
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73.69
пром.	Хлеб ржаной	25	48.35
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>840</b>	<b>720.94</b>
<b>20 марта 2026 г. Пятница</b>			
<b>Обед</b>			
42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	60	74.48
4/2	Борщ с картофелем	250	165.17
24/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	100	215.11
46/3	Макаронные изделия отварные	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
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>820</b>	<b>752.23</b>

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
<b>16 марта 2026 г. Понедельник</b>			
<b>Обед</b>			
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
18/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	100	202.66
46/3	Макаронные изделия отварные	180	220.73
27/10	Чай	200	37.80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84.22
пром.	Хлеб ржаной	40	77.35
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>750</b>	<b>900.02</b>
<b>17 марта 2026 г. Вторник</b>			
<b>Обед</b>			
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
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>780</b>	<b>1114.28</b>
<b>18 марта 2026 г. Среда</b>			
<b>Обед</b>			
41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и	100	100.96
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
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>800</b>	<b>759.38</b>
<b>19 марта 2026 г. Четверг</b>			
<b>Обед</b>			
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	105.10
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
11/3	Капуста тушеная	180	121.34
27/10	Чай	200	37.80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84.22
пром.	Хлеб ржаной	40	77.35
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>960</b>	<b>791.41</b>
<b>20 марта 2026 г. Пятница</b>			
<b>Обед</b>			
42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	100	124.14
4/2	Борщ с картофелем	250	165.00
24/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	100	225.11
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	40	77.35
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>810</b>	<b>973.19</b>