

Согласовано  
Директор МАОУ СОШ №7  
г. Туймазы  
Тиглева Н.Л.



Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



**МЕНЮ**  
на 14 октября 2025г

1-4 классы

День: 1

Неделя: 1

| №<br>рец.                           | Прием пищи, наименование блюда                         | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|-------------------------------------------|
|                                     |                                                        |                 | Б                    | Ж         | У          |                                           |
| 1                                   | 2                                                      | 3               | 4                    | 5         | 6          | 7                                         |
| <b>1 смена Завтрак на 71,09руб.</b> |                                                        |                 |                      |           |            |                                           |
| 4,09                                | Котлеты куриные с соусом томатным                      | 90              | 8                    | 12        | 8          | 166                                       |
| 212                                 | Макаронные изделия отварные                            | 150/3           | 6                    | 3         | 37         | 200                                       |
| 686,01                              | Чай с сахаром, лимоном                                 | 200/7           |                      |           | 8          | 33                                        |
| 70,26                               | хлеб пшеничный для детского питания                    | 30              | 2                    |           | 15         | 68                                        |
| 71,41                               | Хлеб ржаной для детского питания                       | 20              | 1                    |           | 8          | 36                                        |
| <b>Итого за Завтрак</b>             |                                                        | <b>500</b>      | <b>17</b>            | <b>15</b> | <b>76</b>  | <b>503</b>                                |
| <b>2 смена Обед на 79,73руб.</b>    |                                                        |                 |                      |           |            |                                           |
| 51,03                               | Салат из свеклы с растительным маслом                  | 60              | 1                    | 6         | 5          | 77                                        |
| 54,02                               | Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной | 200/5           | 7                    | 8         | 16         | 161                                       |
| 113,05                              | Плов из отварной говядины                              | 175             | 12                   | 15        | 40         | 335                                       |
| 685,01                              | Чай с сахаром                                          | 200             |                      |           | 8          | 31                                        |
| 70,29                               | хлеб пшеничный для детского питания                    | 40              | 3                    |           | 20         | 90                                        |
| 71,31                               | Хлеб ржаной для детского питания                       | 30              | 2                    |           | 12         | 54                                        |
| <b>Итого за Обед</b>                |                                                        | <b>710</b>      | <b>25</b>            | <b>29</b> | <b>101</b> | <b>748</b>                                |

Калькулятор  
Повар

*[Handwritten signature]*

Согласовано  
Директор МАОУ СОШ №7  
г.Туймазы  
Тиглева Н.Л.

Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



**МЕНЮ**  
на 14 октября 2025г

1 смена  
ОВЗ, СВО 1-4 классы

День: 1  
Неделя: 1

| №<br>рец.                   | Прием пищи, наименование блюда                         | Масса<br>порции   | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------|----------------------|-----------|------------|-------------------------------------------|
|                             |                                                        |                   | Б                    | Ж         | У          |                                           |
| 1                           | 2                                                      | 3                 | 4                    | 5         | 6          | 7                                         |
| <b>Завтрак на 71,09руб.</b> |                                                        |                   |                      |           |            |                                           |
| 4,09                        | Котлеты куриные с соусом томатным                      | 90                | 8                    | 12        | 8          | 166                                       |
| 212                         | Макаронные изделия отварные                            | 150/3             | 6                    | 3         | 37         | 200                                       |
| 686,01                      | Чай с сахаром, лимоном                                 | 200/7             |                      |           | 8          | 33                                        |
| 70,26                       | хлеб пшеничный для детского питания                    | 30                | 2                    |           | 15         | 68                                        |
| 71,41                       | Хлеб ржаной для детского питания                       | 20                | 1                    |           | 8          | 36                                        |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |                                                        | <b>500</b>        | <b>17</b>            | <b>15</b> | <b>76</b>  | <b>503</b>                                |
| <b>Обед на 79,73руб.</b>    |                                                        |                   |                      |           |            |                                           |
| 51,03                       | Салат из свеклы с растительным маслом                  | 60                | 1                    | 6         | 5          | 77                                        |
| 54,02                       | Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной | 200/5             | 7                    | 8         | 16         | 161                                       |
| 113,05                      | Плов из отварной говядины                              | 175               | 12                   | 15        | 40         | 335                                       |
| 685,01                      | Чай с сахаром                                          | 200               |                      |           | 8          | 31                                        |
| 70,29                       | хлеб пшеничный для детского питания                    | 40                | 3                    |           | 20         | 90                                        |
| 71,31                       | Хлеб ржаной для детского питания                       | 30                | 2                    |           | 12         | 54                                        |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                                        | <b>710</b>        | <b>25</b>            | <b>29</b> | <b>101</b> | <b>748</b>                                |
| <b>Итого за день</b>        |                                                        | <b>150,82руб.</b> | <b>42</b>            | <b>44</b> | <b>177</b> | <b>1251</b>                               |

Калькулятор  
Повар

Согласовано  
Директор МАОУ СОШ №7  
г. Гулманы  
Тиглева Н.Л.

Утверждаю:  
Ген. директор АО «Общепит»  
Аминева Т.М.

МЕНЮ  
на 14 октября 2025г

2 смена  
ОВЗ, СВО 1-4 классы

День: 1  
Неделя: 1

| №<br>реп.                   | Прием пищи, наименование блюда                         | Масса<br>порции   | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------|----------------------|-----------|------------|-------------------------------------------|
|                             |                                                        |                   | Б                    | Ж         | У          |                                           |
| 1                           | 2                                                      | 3                 | 4                    | 5         | 6          | 7                                         |
| <b>Обед на 79,73руб.</b>    |                                                        |                   |                      |           |            |                                           |
| 51,03                       | Салат из свеклы с растительным маслом                  | 60                | 1                    | 6         | 5          | 77                                        |
| 54,02                       | Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной | 200/5             | 7                    | 8         | 16         | 161                                       |
| 113,05                      | Плов из отварной говядины                              | 175               | 12                   | 15        | 40         | 335                                       |
| 685,01                      | Чай с сахаром                                          | 200               |                      |           | 8          | 31                                        |
| 70,29                       | хлеб пшеничный для детского питания                    | 40                | 3                    |           | 20         | 90                                        |
| 71,31                       | Хлеб ржаной для детского питания                       | 30                | 2                    |           | 12         | 54                                        |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                                        | <b>710</b>        | <b>25</b>            | <b>29</b> | <b>101</b> | <b>748</b>                                |
| <b>Полдник на 71,09руб.</b> |                                                        |                   |                      |           |            |                                           |
| 4,09                        | Котлеты куриные с соусом томатным                      | 90                | 8                    | 12        | 8          | 166                                       |
| 212                         | Макаронные изделия отварные                            | 150/3             | 6                    | 3         | 37         | 200                                       |
| 686,01                      | Чай с сахаром, лимоном                                 | 200/7             |                      |           | 8          | 33                                        |
| 70,26                       | хлеб пшеничный для детского питания                    | 30                | 2                    |           | 15         | 68                                        |
| 71,41                       | Хлеб ржаной для детского питания                       | 20                | 1                    |           | 8          | 36                                        |
| <b>Итого за Полдник</b>     |                                                        | <b>500</b>        | <b>17</b>            | <b>15</b> | <b>76</b>  | <b>503</b>                                |
| <b>Итого за день</b>        |                                                        | <b>150,82руб.</b> | <b>42</b>            | <b>44</b> | <b>177</b> | <b>1251</b>                               |

Калькулятор  
Повар



Согласовано  
Директор \_\_\_\_\_  
г. Туймазы  
Тиглева Н.Л.



Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминев Т.М.



**МЕНЮ**  
на 14 октября 2025г

5-11 классы  
ММС, ТЖС

День: 1  
Неделя: 1

| №<br>реп.                                       | Прием пищи, наименование блюда                         | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |           |            | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------------------|
|                                                 |                                                        |                 | Б                    | Ж         | У          |                                      |
| 1                                               | 2                                                      | 3               | 4                    | 5         | 6          | 7                                    |
| <b>1 смена Завтрак на 78,02руб.(род.взносы)</b> |                                                        |                 |                      |           |            |                                      |
| 4,2                                             | Котлеты куриные с соусом томатным                      | 100             | 8                    | 12        | 8          | 174                                  |
| 332                                             | Макаронные изделия отварные                            | 180/3           | 7                    | 3         | 44         | 235                                  |
| 686,01                                          | Чай с сахаром,лимоном                                  | 200/7           |                      |           | 8          | 33                                   |
| 70,29                                           | хлеб пшеничный для детского питания                    | 40              | 3                    |           | 20         | 90                                   |
| 71,31                                           | Хлеб ржаной для детского питания                       | 30              | 2                    |           | 12         | 54                                   |
| <b>Итого за Завтрак</b>                         |                                                        | <b>560</b>      | <b>20</b>            | <b>15</b> | <b>92</b>  | <b>586</b>                           |
| <b>2 смена Обед на 90,02руб.</b>                |                                                        |                 |                      |           |            |                                      |
| 51,1                                            | Салат из свеклы с растительным маслом!                 | 100             | 1                    | 10        | 8          | 128                                  |
| 54,04                                           | Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной | 250/10          | 9                    | 11        | 20         | 210                                  |
| 113,11                                          | Плов из отварной говядины                              | 180             | 14                   | 16        | 40         | 353                                  |
| 685,01                                          | Чай с сахаром                                          | 200             |                      |           | 8          | 31                                   |
| 70,29                                           | хлеб пшеничный для детского питания                    | 40              | 3                    |           | 20         | 90                                   |
| 71,31                                           | Хлеб ржаной для детского питания                       | 30              | 2                    |           | 12         | 54                                   |
| <b>Итого за Обед</b>                            |                                                        | <b>810</b>      | <b>29</b>            | <b>37</b> | <b>108</b> | <b>866</b>                           |

Калькулятор  
Повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Согласовано  
Директор МАОУ СОШ №7  
г. Туймазы  
Тиглева Н.Л.



Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



**МЕНЮ**  
на 14 октября 2025г

1 смена  
ОВЗ, СВО 5-11 классы

День: 1  
Неделя: 1

| №<br>реп.                   | Прием пищи, наименование блюда                         | Масса<br>порции   | Пищевые вещества (г) |           |            | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------------------|
|                             |                                                        |                   | Б                    | Ж         | У          |                                      |
| 1                           | 2                                                      | 3                 | 4                    | 5         | 6          | 7                                    |
| <b>Завтрак на 78,02руб.</b> |                                                        |                   |                      |           |            |                                      |
| 4,2                         | Котлеты куриные с соусом томатным                      | 100               | 8                    | 12        | 8          | 174                                  |
| 332                         | Макаронные изделия отварные                            | 180/3             | 7                    | 3         | 44         | 235                                  |
| 686,01                      | Чай с сахаром, лимоном                                 | 200/7             |                      |           | 8          | 33                                   |
| 70,29                       | хлеб пшеничный для детского питания                    | 40                | 3                    |           | 20         | 90                                   |
| 71,31                       | Хлеб ржаной для детского питания                       | 30                | 2                    |           | 12         | 54                                   |
| <b>Итого за Завтрак</b>     |                                                        | <b>560</b>        | <b>20</b>            | <b>15</b> | <b>92</b>  | <b>586</b>                           |
| <b>Обед на 90,02руб.</b>    |                                                        |                   |                      |           |            |                                      |
| 51,1                        | Салат из свеклы с растительным маслом                  | 100               | 1                    | 10        | 8          | 128                                  |
| 54,04                       | Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной | 250/10            | 9                    | 11        | 20         | 210                                  |
| 113,11                      | Плов из отварной говядины                              | 180               | 14                   | 16        | 40         | 353                                  |
| 685,01                      | Чай с сахаром                                          | 200               |                      |           | 8          | 31                                   |
| 70,29                       | хлеб пшеничный для детского питания                    | 40                | 3                    |           | 20         | 90                                   |
| 71,31                       | Хлеб ржаной для детского питания                       | 30                | 2                    |           | 12         | 54                                   |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                                        | <b>810</b>        | <b>29</b>            | <b>37</b> | <b>108</b> | <b>866</b>                           |
| <b>Итого за день</b>        |                                                        | <b>168,04руб.</b> | <b>49</b>            | <b>52</b> | <b>200</b> | <b>1452</b>                          |

Калькулятор  
Повар

*[Signature]*

Директор МАОУ СОШ №7  
г.Туймазы  
МАОУ Тиглева Н.Д.  
Г.ТУЙМАЗЫ



Утверждаю:

Ген. директор АО «Общепит»

Аминева Т.М.



**МЕНЮ**  
**на 14 октября 2025г**

**2 смена**  
**ОВЗ, СВО 5-11 классы**

**День: 1**  
**Неделя: 1**

| №<br>рец.                   | Прием пищи, наименование блюда                         | Масса<br>порции   | Пищевые вещества (г) |           |            | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------|----------------------|-----------|------------|-------------------------------------------|
|                             |                                                        |                   | Б                    | Ж         | У          |                                           |
| 1                           | 2                                                      | 3                 | 4                    | 5         | 6          | 7                                         |
| <b>Обед на 90,02руб.</b>    |                                                        |                   |                      |           |            |                                           |
| 51,1                        | Салат из свеклы с растительным маслом                  | 100               | 1                    | 10        | 8          | 128                                       |
| 54,04                       | Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной | 250/10            | 9                    | 11        | 20         | 210                                       |
| 113,11                      | Плов из отварной говядины                              | 180               | 14                   | 16        | 40         | 353                                       |
| 685,01                      | Чай с сахаром                                          | 200               |                      |           | 8          | 31                                        |
| 70,29                       | хлеб пшеничный для детского питания                    | 40                | 3                    |           | 20         | 90                                        |
| 71,31                       | Хлеб ржаной для детского питания                       | 30                | 2                    |           | 12         | 54                                        |
| <b>Итого за Обед</b>        |                                                        | <b>810</b>        | <b>29</b>            | <b>37</b> | <b>108</b> | <b>866</b>                                |
| <b>Полдник на 78,02руб.</b> |                                                        |                   |                      |           |            |                                           |
| 4,2                         | Котлеты куриные с соусом томатным                      | 100               | 8                    | 12        | 8          | 174                                       |
| 332                         | Макаронные изделия отварные                            | 180/3             | 7                    | 3         | 44         | 235                                       |
| 686,01                      | Чай с сахаром, лимоном                                 | 200/7             |                      |           | 8          | 33                                        |
| 70,29                       | хлеб пшеничный для детского питания                    | 40                | 3                    |           | 20         | 90                                        |
| 71,31                       | Хлеб ржаной для детского питания                       | 30                | 2                    |           | 12         | 54                                        |
| <b>Итого за Полдник</b>     |                                                        | <b>560</b>        | <b>20</b>            | <b>15</b> | <b>92</b>  | <b>586</b>                                |
| <b>Итого за день</b>        |                                                        | <b>168,04руб.</b> | <b>49</b>            | <b>52</b> | <b>200</b> | <b>1452</b>                               |

Калькулятор  
 Повар

*[Handwritten signature]*