

утверждаю  
Общество с ограниченной  
ответственностью  
«Атлас» «Атлашевская»



Е.В.Мефодьева

Согласовано  
Директор муниципального бюджетного  
образовательного учреждения  
«Туруновская основная  
общеобразовательная  
школа» Чебоксарского муниципального  
округа Чувашской Республики



В.Г.Васильев

## Меню на 30 сентября 2025г

Школа "Туруновская ООШ" Отд./корп День 2  
с 07 лет - до 11 лет

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                                   | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---------------------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 333*   | Макароны отварные с сыром и маслом сливочным (215/10/5) | 230      | 20,00  | 233,83       | 9,70  | 9,22  | 27,69    |
|            | гор.напиток | 686*   | Чай с лимоном                                           | 200      | 5,00   | 108,97       | 0,16  | 0,16  | 27,87    |
|            | закуска     | 96*    | Масло сливочное                                         | 10       | 10,00  | 66,10        | 0,08  | 7,25  | 0,13     |
|            | хлеб        | ПР     | Хлеб пшеничный                                          | 60       | 5,00   | 138,60       | 4,80  | 0,60  | 29,80    |
|            |             |        |                                                         | 500      | 40,00  | 547,50       | 14,74 | 17,23 | 85,49    |
| Обед       | закуска     | ТТК    | Салат из свежей капусты                                 | 60       | 10,00  | 9,00         | 0,48  | 0,06  | 1,68     |
|            | 1 блюдо     | 124*   | Щи из свежей капусты на курином бульоне (200/5)         | 205      | 21,00  | 99,70        | 1,90  | 6,17  | 8,11     |
|            | 2 блюдо     | 278**  | Тефтели из говядины рубленные с соусом (80/20)          | 100      | 56,00  | 222          | 14,10 | 10,90 | 16,00    |
|            | гарнир      | 508*   | Рис отварной рассыпчатый                                | 150      | 12,00  | 195,90       | 4,20  | 0,60  | 43,30    |
|            | сладкое     | 638*   | Компот из изюма                                         | 200      | 6,00   | 266,00       | 6,50  | 10,85 | 63,77    |
|            | хлеб черн.  | Пр     | Хлеб ржаной                                             | 60       | 5,00   | 73,50        | 2,34  | 0,27  | 16,80    |
|            |             |        |                                                         | 775      | 110,00 | 865,90       | 29,52 | 28,85 | 149,66   |
|            |             |        |                                                         | 1275     | 150,00 | 1413,40      | 44,26 | 46,08 | 235,15   |

Утверждаю  
Общество с ограниченной  
ответственностью  
«Атлашевская»



Е.В.Мефодьева

Согласовано  
Директор муниципального бюджетного  
образовательного учреждения  
«Туруновская основная  
общеобразовательная  
школа» Чебоксарского муниципального  
округа Чувашской Республики

В.Н.Васильев

## Меню на 30 сентября 2025г

Школа  Отд./корп  День   
с 12 лет и старше

| Прием пищи | Раздел      | № рец. | Блюдо                                                   | Выход, г | Цена   | Калорийность | Белки | Жиры  | Углеводы |
|------------|-------------|--------|---------------------------------------------------------|----------|--------|--------------|-------|-------|----------|
| Завтрак    | гор.блюдо   | 333*   | Макароны отварные с сыром и маслом сливочным (230/15/5) | 250      | 30,00  | 254,16       | 10,54 | 10,02 | 30,09    |
|            | гор.напиток | 686*   | Чай с лимоном                                           | 200      | 5,00   | 108,97       | 0,16  | 0,16  | 27,87    |
|            | закуска     | 96*    | Масло сливочное                                         | 10       | 10,00  | 66,10        | 0,08  | 7,25  | 0,13     |
|            | хлеб        | ПР     | Хлеб пшеничный                                          | 60       | 5,00   | 138,60       | 4,80  | 0,60  | 29,80    |
|            |             |        |                                                         | 520      | 50,00  | 567,83       | 15,58 | 18,03 | 87,89    |
| Обед       | закуска     | ТТК    | Салат из свежей капусты                                 | 100      | 15,00  | 15,00        | 0,80  | 0,10  | 2,80     |
|            | 1 блюдо     | 124*   | Щи из свежей капусты на курином бульоне (250/5)         | 255      | 25,00  | 124,01       | 2,36  | 7,67  | 10,08    |
|            | 2 блюдо     | 278**  | Тефтели из говядины рубленные с соусом (100/20)         | 120      | 58,00  | 271,60       | 17,08 | 13,50 | 19,52    |
|            | гарнир      | 508*   | Рис отварной рассыпчатый                                | 180      | 13,00  | 235,10       | 5,04  | 0,72  | 52,00    |
|            | сладкое     | 638*   | Компот из изюма                                         | 200      | 6,00   | 266,00       | 6,50  | 10,85 | 63,77    |
|            | хлеб черн.  | Пр     | Хлеб ржаной                                             | 60       | 5,00   | 73,50        | 2,34  | 0,27  | 16,80    |
|            |             |        |                                                         | 915      | 122,00 | 985,21       | 34,12 | 33,11 | 164,97   |
|            |             |        |                                                         | 1435     | 172,00 | 1553,04      | 49,70 | 51,14 | 252,86   |