



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16
Тусеин И.В.
 18.12.2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 им. П.Б. Костерова от Калининской
 Дата 18.12.2023
 День: _____
 Неделя: _____ 1 _____
 Номер дня недели: _____ 1 _____
 Возрастная категория: _____ 7-11 лет _____

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	60	66,90
2.	Омлет натуральный	160	209,20
3.	Сыр порциями	15	51,51
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	25	55,81
6.	Хлеб ржаной	25	50,52
7.	Яблоко свежее	120	55,50
	Всего:	605	607,96
			85,02 Р
ОБЕД			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Борщ с картофелем	200	120,26
3.	Плов из отварной говядины	180	356,40
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	89,30
6.	Хлеб ржаной	40	80,83
	Всего:	720	785,16
			98,24 Р

Директор МБОУ СОШ № 16 *Тусеин И.В.*

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания" *Сидорова*





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 ул. Н. И. Кестерова ст. Каладжинский
Дата 19.12.2023
День: _____
Неделя: 1
Номер дня недели: 2
Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Пудинг из творога запеченный	160	241,88
2.	Сгущенное молоко	30	63,54
3.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
4.	Хлеб пшеничный	40	89,30
5.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	114,40
	Всего:	630	627,81
			85,02 P
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	60	5,45
2.	Суп с крупой и томатом	200	67,03
3.	Котлеты, рубленные из кур, запеченные с соусом молочным	90	170,76
4.	Каша вязкая пшенная	150	219,00
5.	Груша свежая	120	55,50
6.	Чай черный с сахаром	200	60,46
7.	Сыр порциями	30	103,02
8.	Хлеб пшеничный	40	89,30
9.	Хлеб ржаной	40	80,83
	Всего:	930	851,35
			98,24 P

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания"

Зав. Захарова





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.
12.2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 ул. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской
 Дата 19.12.2023г.
 День: _____
 Неделя: _____ 1 _____
 Номер дня недели: _____ 2 _____
 Возрастная категория: _____ 12 лет и старше _____

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Пудинг из творога запеченый	200	302,40
2.	Сгущенное молоко	30	63,54
3.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
4.	Хлеб пшеничный	50	111,62
5.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	114,40
	Всего	680	710,65
			85,00 Р
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные соленые (огурцы соленые)	100	9,08
2.	Суп с крупой и томатом	250	83,79
3.	Котлеты, рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	100	189,72
4.	Каша вязкая пшеничная	180	262,80
5.	Сыр порциями	30	103,02
6.	Чай черный с сахаром	200	60,46
7.	Хлеб пшеничный	60	133,94
8.	Хлеб ржаной	40	80,83
	Всего	960	923,65
			85,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.
Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания"
 «Ваша сервисная компания»
 ОГРН 1202300047806

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания"



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.
20.12.2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 ул. П.А. Кутурова ст. Караджинской
 Дата 16.12.2023
 День: _____
 Неделя: _____ 1 _____
 Номер дня недели: _____ 3 _____
 Возрастная категория: _____ 7-11 лет _____

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	22,20
2.	Шницель натуральный рубленый	90	191,86
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	170	172,50
4.	Чай с лимоном	200	61,50
5.	Хлеб пшеничный	25	55,81
6.	Хлеб ржаной	25	50,52
7.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	20	82,89
	Всего:	590	637,28
			85,02 Р
ОБЕД			
1.	Салат из квашенной капусты	60	51,62
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	118,60
3.	Гуляш из говядины	120	205,44
4.	Каша вязкая (гречневая)	150	243,75
5.	Кисель из сока плодового	200	158,84
6.	Хлеб пшеничный	40	89,30
7.	Хлеб ржаной	20	40,42
8.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	114,40
	Всего:	990	1022,36
			98,24 Р

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания"

Золотилова С.А.





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Гусев И. В.
2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 *ул. П. П. Местралева ст. Кандамышской*

Дата *21.11.2023*

День: _____

Неделя: _____ 1

Номер дня недели: _____ 4

Возрастная категория: _____ 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Запеканка картофельная с мясом	175	290,05
3.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	61,80
4.	Хлеб пшеничный	40	89,30
5.	Хлеб ржаной	25	50,52
	Всего:	500	545,24
			85,02 P
ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	60	47,64
2.	Рассольник	200	101,81
3.	Голубцы ленивые	90	171,40
4.	Каша вязкая (ячневая)	150	231,80
5.	Яблоко свежее	120	55,50
6.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
7.	Хлеб пшеничный	60	133,94
8.	Хлеб ржаной	20	40,42
	Всего:	900	844,51
			98,24 P

Директор МБОУ СОШ № 16

Гусев И. В.

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания"

Зав. Золотарев





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 им. И.М. Кустурова ст. Калашниковой

Дата 21.11.2023

День: _____

Неделя: 1

Номер дня недели: 4

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Запеканка картофельная с мясом	200	331,49
3.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	61,80
4.	Хлеб пшеничный	50	111,62
5.	Хлеб ржаной	40	80,83
	Всего:	590	675,02533
			85,00 Р
ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	100	69,13
2.	Рассольник	250	127,26
3.	Голубцы ленивые	100	190,40
4.	Каша вязкая (ячневая)	180	257,20
5.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
6.	Хлеб пшеничный	60	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	80,83
8.	Яблоко свежее	120	55,50
	Всего:	1050	976,27
			85,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 16

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная Компания"





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.

22.11.2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 *школа И.И. Мухоморова ст. Каладжинской*
Дата 22.11.2023
День: _____
Неделя: _____ 1 _____
Номер дня недели: _____ 5 _____
Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	60	66,90
2.	Котлета рыбная	90	130,48
3.	Каша рисовая с морковью	150	209,00
4.	Чай черный с сахаром	200	60,46
5.	Хлеб пшеничный	40	89,30
6.	Хлеб ржаной	25	50,52
	Всего	565	606,65
			85,02 P
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные соленые (помидор соленый)	60	5,45
2.	Щи из квашеной капусты с картофелем	200	71,8
3.	Рагу из птицы	175	216,52
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	89,30
6.	Хлеб ржаной	40	80,83
7.	Пирог "Южный"	80	148,41
	Всего	795	697,11
			98,24 P

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания"

Золотарова





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.
12.12.2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 ул. И.А. Костякова ст. Каталажинской
 Дата 12.12.2023
 День: _____
 Неделя: _____ 1 _____
 Номер дня недели: _____ 5 _____
 Возрастная категория: _____ 12 лет и старше _____

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	100	111,50
2.	Котлета рыбная	100	144,98
3.	Каша вязкая рисовая с морковью	180	220,79
4.	Чай черный с сахаром	200	60,46
5.	Хлеб пшеничный	40	89,30
6.	Хлеб ржаной	45	90,94
	Всего	665	717,957
			85,00 P
ОБЕД			
1.	Овоши натуральные соленые (помидор соленый)	100	9,08
2.	Щи из квашенной капусты	250	89,75
3.	Рагу из птицы	230	284,57
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	60	133,94
6.	Хлеб ржаной	40	80,83
7.	Пирог "Южный"	100	185,50
	Всего:	980	868,47848
			85,00 P

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.
Зав. производством

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания"



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

" 13 декабря 2023 г.

Тусеин И. В.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинская

Дата 03.12.2023

День: _____

Неделя: _____ 1 _____

Номер дня недели: _____ 6 _____

Возрастная категория: _____ 12 лет и старше _____

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Котлеты, рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	100	189,72
2.	Макароны отварные с овощами	180	179,17
3.	Компот из смеси сухофруктов	200	131,49
4.	Хлеб пшеничный	40	89,30
5.	Хлеб ржаной	40	80,83
	Всего:	560	670,51
			85,00 Р
ОБЕД			
1.	Салат из квашенной капусты	100	71,17
2.	Суп картофельный с бобовыми	250	201,50
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	100	128,58
4.	Картофель отварной	180	152,16
5.	Сок фруктовый	200	84,80
6.	Хлеб пшеничный	60	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	80,83
		930	852,98
			85,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И. В.

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания"

Сергей Захаров



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 16 Турсен И.В.
 " 25 декабря " 2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 ш. И.В. Местерева с.п. Каласаржылы
 Дата 25.12.2023
 День: _____
 Неделя: _____ 2 _____
 Номер дня недели: _____ 6 _____
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Сыр порциями	15	51,51
2.	Каша манная молочная	210	250,56
3.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
4.	Хлеб пшеничный	40	89,30
5.	Груша свежая	120	55,50
	Всего:	585	565,56
			85,02 P
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы отварной.	60	55,89
2.	Суп из овощей со сметаной	200	76,87
3.	Запеканка картофельная с мясом	175	290,05
4.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	61,80
5.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	20	82,89
6.	Хлеб пшеничный	60	133,94
7.	Хлеб ржаной	20	40,42
8.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	114,40
	Всего:	935	856,26
			98,24 P

Директор МБОУ СОШ № 16 Турсен И.В.

Зав. Производством ООО "Ваш сервисная компания" Заварова





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.
2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 сш. И. Я. Мухоморова ст. Каларжинской

Дата 25.12.2023

День: _____

Неделя: _____ 2

Номер дня недели: _____ 7

Возрастная категория: _____ 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Сыр порциями	20	68,68
2.	Каша манная молочная	250	263,20
3.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
4.	Хлеб пшеничный	60	133,94
5.	Груша свежая	120	55,50
	Всего:	650	640,014
			85,00 Р
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы отварной.	100	93,15
2.	Суп из овощей со сметаной	250	96,08
3.	Запеканка картофельная с мясом	200	331,49
4.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
5.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	25	159,58
6.	Хлеб пшеничный	60	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	80,83
	Всего:	875	957,08
			85,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.
Зосимова

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания"





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеев И.В.
2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 *И.И. Нестерова ст. Каладжинской*
 Дата 26.12.2023
 День: _____
 Неделя: _____ 2 _____
 Номер дня недели: 7
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Салат из белокочанной капусты	60	36,24
2.	Рагу из птицы	175	216,52
3.	Кисель из сока плодового	200	158,84
4.	Хлеб ржаной	25	50,52
5.	Хлеб пшеничный	40	89,30
6.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	114,40
	Всего:	700	665,816
			85,02 Р
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	60	5,45
2.	Борщ с капустой и картофелем	200	106,76
3.	Шницель рыбный натуральный	90	129,50
4.	Каша вязкая (ячневая)	150	231,80
5.	Компот из яблок	200	119,10
6.	Хлеб пшеничный	60	133,94
7.	Хлеб ржаной	20	40,42
	Всего:	780	766,97
			98,24 Р

Директор МБОУ СОШ № 16 *Тусеев И.В.*

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания" *Заварова Р.*





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеев И.В.
12
2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 *им. И.И. Местерова от Капаламской*

Дата 26.11.2023

День: _____

Неделя: _____ 2

Номер дня недели: _____ 8

Возрастная категория: _____ 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Салат из белокочанной капусты	100	61,23
2.	Рагу из птицы	200	247,45
3.	Кисель из сока плодового	200	158,84
4.	Хлеб ржаной	60	121,25
5.	Хлеб пшеничный	40	89,30
6.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	114,40
	Всего:	800	792,47
			85,00 Р
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	100	9,08
2.	Борщ с капустой и картофелем	250	133,45
3.	Шницель рыбный натуральный	100	143,89
4.	Каша вязкая (ячневая)	180	257,20
5.	Компот из яблок	200	119,10
6.	Хлеб пшеничный	60	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	80,83
	Всего:	930	877,50
			85,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеев И.В.

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания"





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеев И.В.
2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 ст. И.И. Нестерова ст. Караджинской
 Дата 17.12.2023
 День: _____
 Неделя: _____ 2 _____
 Номер дня недели: _____ 8 _____
 Возрастная категория: _____ 7-11 лет _____

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	60	66,90
2.	Гуляш из говядины	120	205,44
3.	Каша рисовая с морковью	150	209,00
4.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
5.	Хлеб пшеничный	40	89,30
6.	Хлеб ржаной	25	50,52
	Всего:	595	683,156
			85,02 Р
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	22,20
2.	Суп-лапша домашняя	200	92,60
3.	Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски	90	191,70
4.	Капуста тушеная	150	141,00
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	131,49
6.	Хлеб пшеничный	40	89,30
7.	Хлеб ржаной	20	40,42
8.	Яблоко свежее	120	55,50
	Всего:	880	764,202
			98,24 Р

Директор МБОУ СОШ № 16 И.В. Тусеев

Зав. Производством ООО "Ваша сервисна компания" И.В. Тусеев





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.
27.12.2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 ул. У.Н. Кентерова ст. Капалаевской
Дата 27.12.2023
День: _____
Неделя: _____ 2 _____
Номер дня недели: _____ 9 _____
Возрастная категория: _____ 12 лет и старше _____

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	100	111,50
2.	Гуляш из говядины	120	205,44
3.	Каша вязкая рисовая с морковью	180	220,79
4.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
5.	Хлеб пшеничный	60	133,94
6.	Хлеб ржаной	40	80,83
	Всего	700	814,506
			85,00 Р
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	37,00
2.	Суп-лапша домашняя	250	115,75
3.	Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски	100	213,0
4.	Капуста тушеная	180	169,20
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	131,49
6.	Хлеб пшеничный	60	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	80,83
	Всего	930	881,216
			85,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 16 *Тусеин И.В.*

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания" *Золотарова*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16
им. И.С.Терехова
ст. Калдвинской
Лабинского района

Тусеев И.В.
2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 им. И.С.Терехова ст. Калдвинской
 Дата 28.12.2023
 День: _____
 Неделя: _____ 2 _____
 Номер дня недели: _____ 9 _____
 Возрастная категория: _____ 7-11 лет _____

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Зразы рыбные рубленые	90	178,00
3.	Картофель отварной	150	126,80
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	25	55,81
6.	Хлеб ржаной	25	50,52
	Всего:	550	549,5
			85,02 P
ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	60	47,64
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	118,60
3.	Фрикадельки из кур	90	214,00
4.	Макароны отварные с овощами	150	149,31
5.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	61,80
6.	Хлеб пшеничный	40	89,30
7.	Хлеб ржаной	40	80,83
8.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	114,40
	Всего:	980	875,878
			98,24 P

Директор МБОУ СОШ № 16 *Тусеев И.В.*

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания" *Заведова*





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.
2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 им. И.И. Космерова от Самарской

Дата 28.12.2023

День: _____

Неделя: _____ 2

Номер дня недели: 10

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Зразы рыбные рубленые	100	197,70
3.	Картофель отварной	180	152,16
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб ржаной	40	80,83
6.	Хлеб пшеничный	60	133,94
	Всего:	680	738,72
			85,00 Р
ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный" (яблоко свежее, капуста, морковь)	100	69,13
2.	Суп картофельный с бобовыми	250	201,50
3.	Фрикадельки из кур	100	237,77
4.	Макаронь отварные с овощами	180	179,17
5.	Фруктовый чай (с яблоком)	200	61,80
6.	Хлеб пшеничный	60	133,94
7.	Хлеб ржаной	50	101,04
8.	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)	200	114,40
	Всего:	1140	1098,7593
			85,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 16

Игорь Тусеин И.В.

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания"

Вадим Золотарев



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 16 *Ирина Ч.В.*
 2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 им. Ч.А.Костерова от Заплатинской
 Дата 29.11.2023
 День: _____
 Неделя: _____ 2 _____
 Номер дня недели: П
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Салат из моркови с яблоком	100	140,83
2.	Пудинг из творога запеченый	200	302,40
3.	Сгущенное молоко	30	63,54
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	40	89,30
	Всего:	570	714,58933
			85,00 Р
ОБЕД			
1.	Салат из квашенной капусты	100	71,17
2.	Суп картофельный с клецками	250	141,8
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	100	128,58
4.	Каша вязкая рисовая с морковью	180	220,79
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	131,49
6.	Хлеб пшеничный	60	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	80,83
	Всего:	930	908,60
			85,00 Р

Директор МБОУ СОШ № _____

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания" _____

Елена Захарова





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.

2023 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 ул. Ч.А.Исметова ст. Гагаутинской
 Дата 30.12.2023
 День: _____
 Неделя: _____ 2 _____
 Номер дня недели: 12
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Яйцо отварное	40	63,00
2.	Каша "Дружба" молочная	250	211,39
3.	Чай черный с сахаром	200	60,46
4.	Хлеб пшеничный	40	89,30
5.	Яблоко свежее	120	55,50
		650	479,646
			85,00 P
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	37,00
2.	Щи из квашенной капусты	250	89,75
3.	Гуляш из говядины	120	205,44
4.	Картофельное пюре	180	166,33
5.	Сок фруктовый	200	84,80
6.	Хлеб пшеничный	60	133,94
7.	Хлеб ржаной	40	80,83
8.	Груша свежая	120	55,50
		1070	853,598
			85,00 P

Директор МБОУ СОШ № 16

Игорь Тусеин И.В.

Зав. Производством ООО "Ваша сервисная компания"

Вера Захарова

