

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 16



2025 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 им. И.И. Нестерова ст. Калад пещерная
Дата 11.03.2025
День: вторник
Недели 2
Номер дня недели: 7
Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	Калори йность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Салат из белокочанной капусты	60	0,78	1,90	3,87	36,24	17,00р.
2.	Рагу из птицы	175	12,56	11,72	15,20	216,52	55,00р.
3.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00р.
4.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
6.	Кисломолочный напиток (Кефир 2,5%)	180	5,40	5,76	7,39	102,96	28,00 Р
	Всего:	680	22,83	19,95	94,07	654,38	115
ОБЕД							
1.	Овощи по-сезону(огурец соленый/ огурец свежий)	60	0,48	0,06	1,02	6,00	17,00 Р
2.	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,93	8,75	106,76	23,00 Р
3.	Рыба, тушенная с овощами	120	11,71	1,97	5,74	88,28	50,00 Р
4.	Ризотто с овощами	150	3,50	4,22	31,07	257,20	20,00 Р
5.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00 Р
	Всего:	810	22,35	11,016	109,816	751,7	125,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 16

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



Директор МБОУ СОШ №

2024 г.

МЕНЮ

Наименование в номер школы №

Дата 11.03.2025

День: вторник

Недс 2

Номер дня недели: 8

Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Салат из белокочанной капусты	100	1,30	3,16	6,45	61,23	29,00 Р
2.	Рагу из птицы	230	16,51	15,40	19,98	284,57	60,00 Р
3.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00 Р
4.	Хлеб ржаной	60	3,36	0,67	27,24	121,25	3,50 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	30,00 Р
	Всего:	830	29,86	25,92	118,14	829,58	
							135,00 Р
ОБЕД							
1.	Овощи по-сезону (огурец соленый/огурец свежий)	100	0,80	0,10	1,70	10,00	20,00 Р
2.	Борщ с капустой и картофелем	250	2,50	6,25	16,80	133,45	25,00 Р
3.	Рыба, тушеная с овощами	140	13,70	1,97	5,74	103,00	58,00 Р
4.	Ризотто с овощами	180	4,20	5,06	37,28	308,60	22,00 Р
5.	Компот из яблок	200	0,52	0,18	28,86	119,10	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
7.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Всего:	970	27,54	14,44	133,84	888,93	
							141,00 Р

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

