

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 16 *Турсен И.В.*



202\_\_ г.

# МЕНЮ

Наименование и номер школы № *16 км. У.У. Нестерова ст. Калаг пещер*  
 Дата *26.11.2024*  
 День: *вторник*  
 Недель \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_  
 Номер дня недели: \_\_\_\_\_ 7 \_\_\_\_\_  
 Возрастная категория: \_\_\_\_\_ 7-11 лет \_\_\_\_\_

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
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:	<b>680</b>	<b>22,83</b>	<b>19,95</b>	<b>94,07</b>	<b>654,38</b>	<b>115</b>
<b>ОБЕД</b>							
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:	<b>810</b>	<b>22,35</b>	<b>11,016</b>	<b>109,816</b>	<b>751,7</b>	<b>125,00 Р</b>

Директор МБОУ СОШ № *16* *Турсен И.В.*



Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 16

*Тусеши И. В.*  
 2022 г.



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 ул. И. И. Угасерова ст. Калагашинская  
 Дата 26.11.2022  
 День: вторник  
 Нед 2  
 Номер дня недели: 8  
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углеводы	Калорийность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
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:	<b>830</b>	<b>29,86</b>	<b>25,92</b>	<b>118,14</b>	<b>829,58</b>	
							<b>135,00 Р</b>
<b>ОБЕД</b>							
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, тушенная 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:	<b>970</b>	<b>27,54</b>	<b>14,44</b>	<b>133,84</b>	<b>888,93</b>	
							<b>141,00 Р</b>

Директор МБОУ СОШ № 16 *Тусеши И. В.*

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

