



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Туреев И.В.

2024 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 ул. И. Г. Нестерова ст. Калосhevской
 Дата 19.12.2024
 День: четверг
 Неделя 1
 Номер дня недели: 5
 Возрастная категория: 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углево ды	Калорийн ость	цена
ЗАВТРАК							
1.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50	28,90 Р
2.	Рыба, тушенная с овощами	140	13,70	1,97	5,74	103,00	58,00 Р
3.	Пюре картофельное	180	4,86	7,20	10,44	126,00	47,00 Р
4.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	10,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	45	2,52	0,504	20,43	90,94	3,20 Р
	Всего	705	29,20	14,15	81,31	581,19	149,60 Р
ОБЕД							
1.	Овощи по сезону (помидор свежий/помидор соленый)	100	1,12	0,10	3,50	20,00	20,00 Р
2.	Щи из квашенной капусты	250	1,69	5,36	8,70	89,75	25,00 Р
3.	Рагу из птицы	230	16,51	15,40	19,98	284,57	60,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	15,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
7.	Пирог "Южный"	100	6,80	6,83	39,23	185,50	2,50 Р
	Всего:	980	32,93	28,57	135,06	879,40	128,50 Р

Директор МБОУ СОШ № 16 *Туреев И.В.*

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тусева И.В.
2024 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 шк. И. И. Нестерова ст. Калаудинская
 Дата 19.12.2024
 День: четверг
 Неде Неделя: 1
 Ном: Номер дня недели: 5
 Возр: Возрастная категория: 7-11 лет

№ п.	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
ЗАВТРАК							
1.	Зеленый горошек консервированный	60	3,40	2,50	7,70	66,90	20,00р.
2.	Рыба, тушеная с овощами	120	11,71	1,97	5,74	88,28	50,00р.
3.	Пюре картофельное	150	4,05	6,00	8,70	105,00	40,00р.
4.	Чай черный с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,46	10,00р.
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р.
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
	Всего	595	23,01	11,06	65,35	460,46	125,00р.
ОБЕД							
1.	Овощи по-сезону (помидор соленый/ помидор свежий)	60	0,67	0,06	2,10	12,00	17,00 Р
2.	Щи из квашенной капусты с картофелем	200	1,35	4,29	6,96	71,8	23,00 Р
3.	Рагу из птицы	175	12,56	11,72	15,20	216,52	55,00 Р
4.	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	20,20	84,80	15,00 Р
5.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
6.	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
7.	Пирог "Южный"	80	5,44	5,46	39,38	148,41	2,00 Р
	Всего	795	25,64	22,47	118,86	703,66	117,50р.

Дир: Директор МБОУ СОШ № 16

Тусева И.В.



Зав. Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"