



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.
2023

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 мкр. У.Н. Жестерова ст. Камаргунинская
Дата 10.01.2023
День: пятница
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, тушенная 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 Тусеин И.В.

Зав. Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"





УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Тускин И.В.
2025 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 шк. У.Н. Гастерова ст. Аладжинская
 Дата 10.04.2025
 День: пятница
 Недель: 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, тушеная 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 *Тускин И.В.*

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

