УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 16 Гусеин И.В
"17" 02 2025 г.

# меню

**Наименование и номер школы №** 16 им И.Н.Нестерова ст. Калаусинской
**Дата** 17.02.2025г
**День:** понедельник
**Неделя** 1
**Номер дня недели:** 1
**Возрастная категория:** 7-11 лет

| № п/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 | 20,00 ₽ |
| 2. | Омлет натуральный | 160 | 14,86 | 20,48 | 2,81 | 308,96 | 60,00 ₽ |
| 3. | Сыр порциями | 15 | 3,90 | 3,99 | 0,00 | 51,51 | 20,00 ₽ |
| 4. | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,52 | 20,00 ₽ |
| 5. | Хлеб пшеничный | 25 | 1,49 | 0,18 | 10,54 | 55,81 | 2,00 ₽ |
| 6. | Хлеб ржаной | 25 | 1,40 | 0,28 | 11,35 | 50,52 | 2,50 ₽ |
| 7. | Фрукты свежие (яблоко кубанское) | 120 | 0,50 | 0,50 | 12,25 | 55,50 | 15,00 ₽ |
| | Всего: | **605** | **29,63** | **31,47** | **62,23** | **707,72** | |
| | | | | | | | **139,50 ₽** |
| **ОБЕД** | | | | | | | |
| 1. | Икра кабачковая | 60 | 1,01 | 0,05 | 12,57 | 53,57 | 19,00 ₽ |
| 2. | Борщ с картофелем | 200 | 2,00 | 6,50 | 13,44 | 120,26 | 23,00 ₽ |
| 3. | Вок "Курица с рисом и овощами" | 180 | 10,08 | 18,54 | 33,66 | 258,00 | 65,00 ₽ |
| 4. | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 84,80 | 15,00 ₽ |
| 5. | Хлеб пшеничный | 40 | 2,38 | 0,29 | 16,86 | 89,30 | 2,50 ₽ |
| 6. | Хлеб ржаной | 40 | 2,24 | 0,45 | 18,16 | 80,83 | 3,00 ₽ |
| | Всего: | **720** | **18,71** | **26,03** | **114,89** | **686,76** | |
| | | | | | | | ***127,50 ₽*** |

Директор МБОУ СОШ № 16 Гусеин И.В

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания "

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 16 Гусейн И.В
«17» 02 2025 г.

# меню

Наименование и номер школы № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Калаинская
Дата 17.02.2025г.
День: понедельник
Неделя: 1
Номер дня недели: 1
Возрастная категория: 12 лет и старше

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда | выход в граммах | Жиры | Белки | Углеводы | Калорийность | цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **ЗАВТРАК** | | | | | | |
| 1. | Зеленый горошек консервированный | 100 | 5,67 | 4,17 | 12,83 | 111,50 | 28,90 ₽ |
| 2. | Омлет натуральный | 200 | 18,57 | 25,60 | 3,51 | 386,20 | 77,00 ₽ |
| 3. | Сыр порциями | 20 | 5,20 | 5,32 | 0,00 | 68,68 | 25,00 ₽ |
| 4. | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,52 | 20,00 ₽ |
| 5. | Хлеб пшеничный | 40 | 2,38 | 0,29 | 16,86 | 89,30 | 2,50 ₽ |
| 6. | Хлеб ржаной | 45 | 2,52 | 0,504 | 20,43 | 90,94 | 3,20 ₽ |
| 7. | Яблоко свежее | 120 | 0,50 | 0,50 | 12,25 | 55,50 | 15,00 ₽ |
| | Всего | **725** | **38,92** | **39,92** | **83,47** | **920,63** | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | **171,60 ₽** |
| **ОБЕД** | | | | | | | |
| 1. | Икра кабачковая | 100 | 1,68 | 0,08 | 20,95 | 89,28 | 23,00 ₽ |
| 2. | Борщ с картофелем и сметаной | 250 | 2,50 | 8,13 | 16,80 | 150,33 | 25,00 ₽ |
| 3. | Вок "Курица с рисом и овощами" | 230 | 12,88 | 23,69 | 43,01 | 329,66 | 69,00 ₽ |
| 4. | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 84,80 | 15,00 ₽ |
| 5. | Хлеб пшеничный | 40 | 2,38 | 0,29 | 16,86 | 89,30 | 2,50 ₽ |
| 6. | Хлеб ржаной | 40 | 2,24 | 0,45 | 18,16 | 80,83 | 3,00 ₽ |
| | | | | | | | |
| | Всего | **860** | **22,69** | **32,83** | **135,98** | **824,20** | |
| | | | | | | | **137,50 ₽** |

Директор МБОУ СОШ № 16 Гусейн И.В

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"