



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МБОУ СОШ № 16

Тусеин И.В.
 2024 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 шк. И.И. Нестерова ст. Каладжинской
 Дата 04.12.2024
 День: среда
 Неделя 1
 Номер дня недели: 3
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углевод ы	калорийно сть	цена
ЗАВТРАК							
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	0,70	1,00	2,60	22,20	17,00р.
2.	Митболы из говядины	90	15,55	18,67	8,06	191,86	50,00р.
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	170	0,65	5,19	26,62	172,50	20,00р.
4.	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50	10,00р.
5.	Хлеб пшеничный	25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00р.
6.	Хлеб ржаной	25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р.
7.	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	20	1,69	2,25	13,95	82,89	10,00р.
	Всего:	590	21,61	27,59	88,32	637,28	111,50р.
ОБЕД							
1.	Салат из квашенной капусты	60	1,03	3,01	5,10	51,62	17,00 Р
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	4,21	12,00	118,60	23,00 Р
3.	Гуляш из говядины	100	20,00	19,50	3,30	258,00	68,00 Р
4.	Каша вязкая (гречневая)	150	8,85	5,15	39,80	243,75	20,00 Р
5.	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00 Р
6.	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
7.	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00 Р
8.	Кисломолочный напиток	180	5,40	5,76	7,39	102,96	28,00 Р
	Всего:	950	43,49	38,14	132,93	1063,48	170,50 Р

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



Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

Турсын У.В.
2024 г.

МЕНЮ

наименование и номер школы № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинская
 а 04.12.2024г.
 б: среда
 в: 1
 г: 3
 д: 12 лет и старше

п/п	Прием пищи. наименование блюда	выход в граммах	Жиры	Белки	Углево ды	калорийн ость	цена
ЗАВТРАК							
	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	1,17	1,67	4,33	37,00	20,00 Р
	Митболы из говядины	100	15,54	18,66	8,05	191,86	65,00 Р
	Макаронные изделия отварные с овощами	200	0,76	6,11	31,32	202,94	22,00 Р
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	61,50	10,00 Р
	Хлеб пшеничный	40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50 Р
	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)	25	2,80	3,15	30,03	159,58	12,50 Р
	Всего	705	25,02	30,34	123,96	823,01	135,00 Р
ЕД							
	Салат из квашенной капусты	100	1,42	4,17	7,00	71,17	20,00 Р
	Суп картофельный с бобовыми	250	6,00	7,50	27,50	201,50	25,00 Р
	Гуляш из говядины	120	24	23,4	3,96	309,6	75,00 Р
	Каша вязкая (гречневая)	180	10,62	6,18	59,76	337,14	22,00 Р
	Кисель из сока плодового	200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00 Р
	Хлеб пшеничный	60	3,58	0,43	25,30	133,94	3,00 Р
	Хлеб ржаной	40	2,24	0,45	18,16	80,83	3,00 Р
	Кисломолочный напиток (кефир 2,5%)	200	6,00	6,40	8,21	114,40	30,00 Р
	Всего	1150	54,16	45,28	189,28	1407,42	188,00 Р

Директор МБОУ СОШ № 16 *Турсын У.В.*

производством ООО "Ваша сервисная компания"

