

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

2024 г.



МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинская

Дата 11.12.2024
 День: среда
 Неделя _____ 2
 Номер дня недели: _____ 8
 Возрастная категория: _____ 7-11 лет

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда | выход в граммах | Белки | Жиры | Углевод ы | Калорийно сть | цена |
|----------------|--|-----------------|--------------|--------------|---------------|------------------|-----------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1. | Зеленый горошек консервированный | 60 | 3,40 | 2,50 | 7,70 | 66,90 | 20,00р. |
| 2. | Гуляш из говядины | 100 | 20,00 | 19,50 | 3,30 | 258,00 | 68,00р. |
| 3. | Каша рисовая с морковью | 150 | 2,90 | 5,40 | 27,20 | 209,00 | 20,00р. |
| 4. | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 62,00 | 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: | 575 | 30,38 | 27,97 | 81,61 | 735,72 | |
| | | | | | | | 123,00р. |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1. | Салат из свеклы с огурцами солеными | 60 | 0,70 | 1,00 | 2,60 | 22,20 | 17,00 Р |
| 2. | Суп-лапша домашняя | 200 | 2,05 | 4,43 | 9,30 | 92,60 | 23,00 Р |
| 3. | Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски | 90 | 12,78 | 10,26 | 11,70 | 191,70 | 43,00 Р |
| 4. | Капуста тушеная | 150 | 3,75 | 6,90 | 16,05 | 141,00 | 18,00 Р |
| 5. | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 131,49 | 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. | Фрукты свежие (яблоко кубанское) | 120 | 0,50 | 0,50 | 12,25 | 55,50 | 15,00 Р |
| | Всего: | 880 | 23,95 | 23,70 | 109,85 | 764,20 | |
| | | | | | | | 130,50 Р |

Директор МБОУ СОШ № 16 Тусеин И.С.



Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"



16
Тусеин И.В.
2024 г.

МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 ил. И.И. Нестерова ст. Каладжинская

Дата 19.12.2024
 День: среда
 Недели: 2
 Номер дня недели: 9
 Возрастная категория: 12 лет и старше

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда | выход в граммах | Жиры | Белки | Углево ды | Калорий ность | цена |
|----------------|--|-----------------|-------|--------|--------------|------------------|-----------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| 1. | Зеленый горошек консервированный | 100 | 5,67 | 4,17 | 12,83 | 111,50 | 28,90 Р |
| 2. | Гуляш из говядины | 120 | 24 | 23,4 | 3,96 | 309,6 | 75,00 Р |
| 3. | Каша рисовая с морковью | 180 | 3,48 | 6,48 | 32,64 | 220,79 | 22,00 Р |
| 4. | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,30 | 0,00 | 15,20 | 62,00 | 10,00 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 |
| | Всего | 700 | 39,26 | 34,927 | 108,0893 | 918,666 | |
| | | | | | | | 141,90 Р |
| ОБЕД | | | | | | | |
| 1. | Салат из свеклы с огурцами солеными | 100 | 1,17 | 1,67 | 4,33 | 37,00 | 20,00 Р |
| 2. | Суп-лапша домашняя | 250 | 2,57 | 5,54 | 11,62 | 115,75 | 25,00 Р |
| 3. | Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски | 100 | 14,2 | 11,4 | 13,0 | 213,0 | 47,20 Р |
| 4. | Капуста тушеная | 180 | 4,50 | 8,28 | 19,26 | 169,20 | 22,00 Р |
| 5. | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 131,49 | 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 | 930 | 28,91 | 27,86 | 123,68 | 881,22 | 130,20 Р |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

Директор МБОУ СОШ № 16 Тусеин И.В.

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

