

МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 03.10.2022

День: ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: 2

Номер дня недели: 1; 6

Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Сыр порциями	15	51,51
2.	Каша манная молочная	210	250,56
3.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
4.	Хлеб пшеничный	40	94,10
5.	Фрукты свежие (груша)	120	55,50
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы отварной.	60	55,89
2.	Суп из овощей со сметаной	200	96,87
3.	Запеканка картофельная с мясом	175	290,05
4.	Фруктовый чай	200	61,80
5.	Кондитерское изделие	20	83,90
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
8.	Напиток кисломолочный	200	114,40
Возрастная категория: 12 лет и старше			
ЗАВТРАК			
1.	Сыр порциями	20	68,68
2.	Каша манная молочная	250	298,30
3.	Какао с молоком	200	118,52
4.	Хлеб пшеничный	60	141,15
5.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы отварной.	100	93,15
2.	Суп из овощей со сметаной	250	121,09
3.	Запеканка картофельная с мясом	200	331,49
4.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
5.	Кондитерское изделие	20	83,90
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Формула вкуса-Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 04.10.2022

День: **ВТОРНИК**

Неделя: 2

Номер дня недели: 2; 7

Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК 1 смена 7-11 лет			
1.	Салат из белокочанной капусты	60	46,70
2.	Рагу из птицы	175	216,52
3.	Кисель из сока плодового	200	158,84
4.	Хлеб ржаной	25	57,52
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Напиток кисломолочный	200	114,40
ОБЕД 1 смена 7-11 лет			
1.	Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	60	5,45
2.	Борщ с капустой и картофелем	200	106,76
3.	Шницель рыбный натуральный	90	129,50
4.	Каша ячневая со сливочным маслом	150	231,00
5.	Компот из яблок	200	119,10
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
ЗАВТРАК 1 смена 12 лет и старше			
1.	Салат из белокочанной капусты	100	77,83
2.	Рагу из птицы	200	247,45
3.	Кисель из сока плодового	200	158,84
4.	Хлеб ржаной	60	57,52
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
ОБЕД 1 смена 12 лет и старше			
1.	Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	100	9,08
2.	Борщ с капустой и картофелем	250	133,45
3.	Шницель рыбный натуральный	100	143,89
4.	Каша ячневая со сливочным маслом	180	277,20
5.	Компот из яблок	200	119,10
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Формула Вкуса-Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 05.10.2022

День: СРЕДА

Неделя: 2

Номер дня недели: 3; 8

Возрастная категория: 7-11 лет и 12 лет и старше

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК 1 смена 7-11 лет			
1.	Зеленый горошек консервированный	60	48,00
2.	Печень по-строгановски	100	171,20
3.	Каша рисовая с морковью	150	209,00
4.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	25	57,52
ОБЕД 1 смена 7-11 лет			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	22,20
2.	Суп-лапша домашняя	200	92,60
3.	Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски	90	191,70
4.	Капуста тушеная	150	141,00
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	131,49
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
8.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
ЗАВТРАК 1 смена 12 лет и старше			
1.	Зеленый горошек консервированный	100	111,50
2.	Печень по-строгановски	120	205,44
3.	Каша рисовая с морковью	180	250,80
4.	Чай черный с сахаром	200	60,46
5.	Хлеб пшеничный	60	141,15
6.	Хлеб ржаной	40	81,92
ОБЕД 1 смена 12 лет и старше			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	37,00
2.	Суп-лапша домашняя	250	115,75
3.	Котлеты мясо - картофельные по - хлыновски	100	213
4.	Капуста тушеная	180	169,20
5.	Компот из смеси сухофруктов	200	131,49
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Формула вкуса Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 06.10.2022День: **ЧЕТВЕРГ**Неделя: 2Номер дня недели: 4; 9Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Зразы рыбные рубленые	90	178,00
3.	Картофель отварной	150	126,80
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	25	58,81
6.	Хлеб ржаной	25	57,52

ОБЕД

1.	Салат "Витаминный"	60	41,48
2.	Суп гороховый	200	183,2
3.	Фрикадельки из кур	90	244,00
4.	Макароны отварные с овощами	150	149,31
5.	Фруктовый чай	200	61,80
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	40	81,92
8.	Напиток кисломолочный	200	114,40

Возрастная категория: 12 лет и старше**ЗАВТРАК**

1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Зразы рыбные рубленые	100	253,30
3.	Картофель отварной	180	152,16
4.	Фруктовый чай	200	61,80
5.	Хлеб ржаной	40	81,92
6.	Хлеб пшеничный	141,15	141,15

ОБЕД

1.	Салат "Витаминный"	100	69,13
2.	Суп гороховый	250	229,00
3.	Фрикадельки из кур	100	272,00
4.	Макароны отварные с овощами	180	179,17
5.	Сок фруктовый	200	84,80
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Формула Вкуса Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 07.10.2022

День: ПЯТНИЦА

Неделя: 2

Номер дня недели: 5; 10Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Салат из моркови с яблоком	60	84,50
2.	Пудинг из творога запеченый	160	241,88
3.	Сгущенное молоко	30	63,54
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	20	47,05
6.	Фрукты свежие (груша)	120	55,50
ОБЕД			
1.	Салат из квашенной капусты	60	51,62
2.	Суп картофельный с клецками	200	133,1
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	100	128,58
4.	Каша рисовая с морковью	150	209,00
5.	Шарлотка с яблоками	100	152,54
6.	Сок фруктовый	200	93,28
7.	Хлеб пшеничный	40	94,10
8.	Хлеб ржаной	40	81,92
Возрастная категория: 12 лет и старше			
ЗАВТРАК			
1.	Салат из моркови с яблоком	100	140,83
2.	Пудинг из творога запеченый	200	427,35
3.	Сгущенное молоко	30	63,54
4.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
ОБЕД			
1.	Салат из квашенной капусты	100	86,03
2.	Суп картофельный с клецками	250	133,1
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	100	128,58
4.	Каша рисовая с морковью	180	250,80
5.	Шарлотка с яблоками	100	252,54
6.	Компот из смеси сухофруктов	200	131,49
7.	Хлеб пшеничный	60	141,15
8.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ №

Зав. производством ООО "Формула Вкуса-Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 10.10.2022

День: ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: 1

Номер дня недели: 1; 1

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	60	66,90
2.	Омлет натуральный	160	209,20
3.	Сыр порциями	15	51,51
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	25	58,81
6.	Хлеб ржаной	25	57,52
7.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
ОБЕД			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Борщ с картофелем и сметаной	200	120,26
3.	Плов с мясом	180	390,68
4.	Сок фруктовый	200	93,28
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92
Возрастная категория: <u>12 лет и старше</u>			
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	100	111,50
2.	Омлет натуральный	200	386,50
3.	Сыр порциями	20	68,68
4.	Какао смолоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	45	103,54
ОБЕД			
1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Борщ с картофелем и сметаной	250	150,33
3.	Плов с мясом	230	472,93
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова

Зав. производством ООО "Формула"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 11.10.2022

День: **ВТОРНИК**

Неделя: 1

Номер дня недели: 2; 2

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	60	66,90
2.	Омлет натуральный	160	209,20
3.	Сыр порциями	15	51,51
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	25	58,81
6.	Хлеб ржаной	25	57,52
7.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
ОБЕД			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Борщ с картофелем и сметаной	200	120,26
3.	Плов с мясом	180	390,68
4.	Сок фруктовый	200	93,28
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92
Возрастная категория: <u>12 лет и старше</u>			
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	100	111,50
2.	Омлет натуральный	200	386,50
3.	Сыр порциями	20	68,68
4.	Какао смолоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	45	103,54
ОБЕД			
1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Борщ с картофелем и сметаной	250	150,33
3.	Плов с мясом	230	472,93
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова

Зав. производством ООО "Формула



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 12.10.2022

День: Среда

Неделя: 1

Номер дня недели: 3; 3

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	22,20
2.	Шницель мясной рубленый	90	191,86
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	170	172,50
4.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
5.	Хлеб пшеничный	25	58,81
6.	Хлеб ржаной	25	57,52
7.	Кондитерское изделие	15	95,75
ОБЕД			
1.	Закуска из квашенной капусты	60	51,62
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	161,20
3.	Печень по-строгановски	120	205,44
4.	Каша гречневая	150	280,95
5.	Кисель из сока плодового	200	158,84
6.	Хлеб пшеничный	40	91,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
8.	Напиток кисломолочный	200	114,40
Возрастная категория: <u>12 лет и старше</u>			
ЗАВТРАК			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	37,00
2.	Шницель мясной рубленый	100	213,18
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	200	202,94
4.	Чай с лимоном	200	61,50
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92
7.	Кондитерское изделие	25	159,58
ОБЕД			
1.	Закуска из квашенной капусты	100	71,17
2.	Суп картофельный с бобовыми	250	201,50
3.	Печень по-строгановски	120	205,44
4.	Каша гречневая	180	337,14
5.	Компот из яблок	200	119,10
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова

Тусеин И.В.

Зав. производством ООО "Формула Вкуса Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 13.10.2022

День: **ЧЕТВЕРГ**

Неделя: 1

Номер дня недели: 4; 4

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Запеканка картофельная с мясом	175	290,05
3.	Фруктовый чай	200	61,80
4.	Хлеб пшеничный	40	91,10
5.	Хлеб ржаной	25	57,52
ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный"	60	41,48
2.	Рассольник	200	101,81
3.	Голубцы ленивые	90	121,40
4.	Каша ячневая со сливочным маслом	150	231,00
5.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
6.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
7.	Хлеб пшеничный	40	94,10
8.	Хлеб ржаной	20	40,96
Возрастная категория: 12 лет и старше			
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Запеканка картофельная с мясом	200	331,49
3.	Кисель из сока плодового	200	158,84
4.	Хлеб пшеничный	50	117,62
5.	Хлеб ржаной	40	81,92
ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный"	100	69,13
2.	Рассольник	250	127,26
3.	Голубцы ленивые	100	134,89
4.	Каша ячневая со сливочным маслом	180	277,20
5.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	40	81,92
8.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50

Директор МБОУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова

Зав. производством ООО "Формулы Вкуса-Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 14.10.2022

День: ПЯТНИЦА

Неделя: 1

Номер дня недели: 5; 5

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	60	66,90
2.	Котлета рыбная	90	130,48
3.	Каша рисовая с морковью	150	209,00
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	25	57,52
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные соленые (помидор соленый)	60	5,45
2.	Щи из квашенной капусты	200	71,8
3.	Рагу из птицы	175	216,52
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92
7.	Пирог "Южный"	80	148,41
Возрастная категория: 12 лет и старше			
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	100	111,50
2.	Котлета рыбная	100	144,98
3.	Каша рисовая с морковью	180	250,80
4.	Фруктовый чай	200	61,80
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	45	103,54
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные соленые (помидор соленый)	100	9,08
2.	Щи из квашенной капусты	250	89,75
3.	Рагу из птицы	230	284,57
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	60	141,15
6.	Хлеб ржаной	40	81,92
7.	Пирог "Южный"	100	285,5125

Директор МБОУ СОШ №

16 им. И.Н. Нестерова

Тусеин И.В.

Зав. производством ООО "Форма



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 20.10.2022

День: **ЧЕТВЕРГ**

Неделя: 2

Номер дня недели: 4; 9

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Зразы рыбные рубленые	90	178,00
3.	Картофель отварной	150	126,80
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	25	58,81
6.	Хлеб ржаной	25	57,52

ОБЕД

1.	Салат "Витаминный"	60	41,48
2.	Суп гороховый	200	183,2
3.	Фрикадельки из кур	90	244,00
4.	Макароны отварные с овощами	150	149,31
5.	Фруктовый чай	200	61,80
6.	Хлеб пшеничный	40	94,10
7.	Хлеб ржаной	40	81,92
8.	Напиток кисломолочный	200	114,40

Возрастная категория: 12 лет и старше

ЗАВТРАК

1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Зразы рыбные рубленые	100	253,30
3.	Картофель отварной	180	152,16
4.	Фруктовый чай	200	61,80
5.	Хлеб ржаной	40	81,92
6.	Хлеб пшеничный	141,15	141,15

ОБЕД

1.	Салат "Витаминный"	100	69,13
2.	Суп гороховый	250	229,00
3.	Фрикадельки из кур	100	272,00
4.	Макароны отварные с овощами	180	179,17
5.	Сок фруктовый	200	84,80
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова

Тусеин И.В.

Зав. производством ООО "Формула Вкуса-Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 21.10.2022

День: ПЯТНИЦА

Неделя: 2

Номер дня недели: 5; 10

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Салат из моркови с яблоком	60	84,50
2.	Пудинг из творога запеченый	160	241,88
3.	Сгущенное молоко	30	63,54
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	20	47,05
6.	Фрукты свежие (груша)	120	55,50
ОБЕД			
1.	Салат из квашенной капусты	60	51,62
2.	Суп картофельный с клецками	200	133,1
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	100	128,58
4.	Каша рисовая с морковью	150	209,00
5.	Шарлотка с яблоками	100	152,54
6.	Сок фруктовый	200	93,28
7.	Хлеб пшеничный	40	94,10
8.	Хлеб ржаной	40	81,92
Возрастная категория: 12 лет и старше			
ЗАВТРАК			
1.	Салат из моркови с яблоком	100	140,83
2.	Пудинг из творога запеченый	200	427,35
3.	Сгущенное молоко	30	63,54
4.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
ОБЕД			
1.	Салат из квашенной капусты	100	86,03
2.	Суп картофельный с клецками	250	133,1
3.	Тефтели рыбные тушеные в соусе	100	128,58
4.	Каша рисовая с морковью	180	250,80
5.	Шарлотка с яблоками	100	252,54
6.	Компот из смеси сухофруктов	200	131,49
7.	Хлеб пшеничный	60	141,15
8.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова

Тусин И.В.

Зав. производством ООО "Формула"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 24.10.2022

День: ПОНЕДЕЛЬНИК

Неделя: 1

Номер дня недели: 1; 1

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	60	66,90
2.	Омлет натуральный	160	209,20
3.	Сыр порциями	15	51,51
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	25	58,81
6.	Хлеб ржаной	25	57,52
7.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
ОБЕД			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Борщ с картофелем и сметаной	200	120,26
3.	Плов с мясом	180	390,68
4.	Сок фруктовый	200	93,28
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92
Возрастная категория: <u>12 лет и старше</u>			
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	100	111,50
2.	Омлет натуральный	200	386,50
3.	Сыр порциями	20	68,68
4.	Какао смолоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	45	103,54
ОБЕД			
1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Борщ с картофелем и сметаной	250	150,33
3.	Плов с мясом	230	472,93
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова

Тусенин И.В.

Заав. производством ООО "Формулы Вкуса-Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 25.10.2022

День: **ВТОРНИК**

Неделя: **1**

Номер дня недели: **2; 2**

Возрастная категория: **7-11 лет**

1.	Пудинг из творога запеченный	160	241,88
2.	Сгущенное молоко	30	63,54
3.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
4.	Хлеб пшеничный	40	94,10
5.	Напиток кисломолочный	200	114,40

ОБЕД

1.	Овощи натуральные соленые (огурец соленый)	60	5,45
2.	Суп с крупой и томатом	200	67,03
3.	Биточки рубленые из птицы под соусом	90	170,76
4.	Каша вязкая пшенная	150	219,00
5.	Фрукты свежие (груша)	120	55,50
6.	Чай черный с сахаром	200	60,46
7.	Сыр порциями	30	103,02
8.	Хлеб пшеничный	40	94,10
9.	Хлеб ржаной	20	40,96

Возрастная категория: **12 лет и старше**

ЗАВТРАК

1.	Салат из белокочанной капусты	100	77,83
2.	Биточки рубленые из птицы под соусом	100	189,74
3.	Каша вязкая пшенная	180	262,80
4.	Чай черный с сахаром	200	60,46
5.	Хлеб пшеничный	50	117,62
6.	Хлеб ржаной	40	81,92

ОБЕД

1.	Овощи натуральные соленые (огурцы соленые)	100	9,08
2.	Суп с крупой и томатом	250	83,79
3.	Зразы рыбные рубленые	100	253,30
4.	Картофель отварной	180	152,16
5.	Сыр порциями	20	68,68
6.	Компот из смеси сухофруктов	200	131,49
7.	Хлеб пшеничный	60	141,15
8.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова

Тусенин И.В.

Зав. производством ООО "Формулы



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 26.10.2022

День: **Среда**

Неделя: **1**

Номер дня недели: **3; 3**

Возрастная категория: **7-11 лет**

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	60	22,20
2.	Шницель мясной рубленый	90	191,86
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	170	172,50
4.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
5.	Хлеб пшеничный	25	58,81
6.	Хлеб ржаной	25	57,52
7.	Кондитерское изделие	15	95,75

ОБЕД

1.	Закуска из квашенной капусты	60	51,62
2.	Суп картофельный с бобовыми	200	161,20
3.	Печень по-строгановски	120	205,44
4.	Каша гречневая	150	280,95
5.	Кисель из сока плодового	200	158,84
6.	Хлеб пшеничный	40	91,10
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
8.	Напиток кисломолочный	200	114,40

Возрастная категория: **12 лет и старше**

ЗАВТРАК

1.	Салат из свеклы с огурцами солеными	100	37,00
2.	Шницель мясной рубленый	100	213,18
3.	Макаронные изделия отварные с овощами	200	202,94
4.	Чай с лимоном	200	61,50
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92
7.	Кондитерское изделие	25	159,58

ОБЕД

1.	Закуска из квашенной капусты	100	71,17
2.	Суп картофельный с бобовыми	250	201,50
3.	Печень по-строгановски	120	205,44
4.	Каша гречневая	180	337,14
5.	Компот из яблок	200	119,10
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова

Зав. производством ООО "Формулы Вкуса-Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 27.10.2022

День: **ЧЕТВЕРГ**

Неделя: **1**

Номер дня недели: **4; 4**

Возрастная категория: **7-11 лет**

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая	60	53,57
2.	Запеканка картофельная с мясом	175	290,05
3.	Фруктовый чай	200	61,80
4.	Хлеб пшеничный	40	91,10
5.	Хлеб ржаной	25	57,52
ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный"	60	41,48
2.	Рассольник	200	101,81
3.	Голубцы ленивые	90	121,40
4.	Каша ячневая со сливочным маслом	150	231,00
5.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
6.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
7.	Хлеб пшеничный	40	94,10
8.	Хлеб ржаной	20	40,96
Возрастная категория: 12 лет и старше			
ЗАВТРАК			
1.	Икра кабачковая	100	89,28
2.	Запеканка картофельная с мясом	200	331,49
3.	Кисель из сока плодового	200	158,84
4.	Хлеб пшеничный	50	117,62
5.	Хлеб ржаной	40	81,92
ОБЕД			
1.	Салат "Витаминный"	100	69,13
2.	Рассольник	250	127,26
3.	Голубцы ленивые	100	134,89
4.	Каша ячневая со сливочным маслом	180	277,20
5.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	40	81,92
8.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50

Директор МБОУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова

Тусеин И.В.

Зав. производством ООО "Формула Вкуса-Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 28.10.2022

День: ПЯТНИЦА

Неделя: 1

Номер дня недели: 5; 5

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	ВЫХОД В граммах	Калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	60	66,90
2.	Котлета рыбная	90	130,48
3.	Каша рисовая с морковью	150	209,00
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	25	57,52
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные соленые (помидор соленый)	60	5,45
2.	Щи из квашенной капусты	200	71,8
3.	Рагу из птицы	175	216,52
4.	Какао с молоком	200	118,52
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	40	81,92
7.	Пирог "Южный"	80	148,41
Возрастная категория: 12 лет и старше			
ЗАВТРАК			
1.	Зеленый горошек консервированный	100	111,50
2.	Котлета рыбная	100	144,98
3.	Каша рисовая с морковью	180	250,80
4.	Фруктовый чай	200	61,80
5.	Хлеб пшеничный	40	94,10
6.	Хлеб ржаной	45	103,54
ОБЕД			
1.	Овощи натуральные соленые (помидор соленый)	100	9,08
2.	Щи из квашенной капусты	250	89,75
3.	Рагу из птицы	230	284,57
4.	Сок фруктовый	200	84,80
5.	Хлеб пшеничный	60	141,15
6.	Хлеб ржаной	40	81,92
7.	Пирог "Южный"	100	285,5125

Директор МБОУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова

Тусеин И.В.

Зав. производством ООО "Формулы Вкуса-Регионы"



МЕНЮ

Наименование и номер школы: МОБУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова ст. Каладжинской

Дата 31.10.2022

День: **ПОНЕДЕЛЬНИК**

Неделя: 2

Номер дня недели: 1; 6

Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Сыр порциями	15	51,51
2.	Каша манная молочная	210	250,56
3.	Кофейный напиток с молоком	200	118,69
4.	Хлеб пшеничный	40	94,10
5.	Фрукты свежие (груша)	120	55,50
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы отварной.	60	55,89
2.	Суп из овощей со сметаной	200	96,87
3.	Запеканка картофельная с мясом	175	290,05
4.	Фруктовый чай	200	61,80
5.	Кондитерское изделие	20	83,90
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	20	40,96
8.	Напиток кисломолочный	200	114,40

Возрастная категория: **12 лет и старше**

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	калорийность
ЗАВТРАК			
1.	Сыр порциями	20	68,68
2.	Каша манная молочная	250	298,30
3.	Какао с молоком	200	118,52
4.	Хлеб пшеничный	60	141,15
5.	Фрукты свежие (яблоко)	120	55,50
ОБЕД			
1.	Салат из свеклы отварной.	100	93,15
2.	Суп из овощей со сметаной	250	121,09
3.	Запеканка картофельная с мясом	200	331,49
4.	Напиток из плодов шиповника	200	62,00
5.	Кондитерское изделие	20	83,90
6.	Хлеб пшеничный	60	141,15
7.	Хлеб ржаной	40	81,92

Директор МБОУ СОШ № 16 им. И.Н. Нестерова

Зав. производством ООО "Формула Вкуса Регионы"



Тусев И.В.