

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 16

2021 г.



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № 16 шк. У.И. Хусейнова ст. Камаргемской  
 Дата 18.10.2021  
 День: пятница  
 Неделя: 1  
 Номер дня недели: 5  
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	выход в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>							
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.
	<b>Всего</b>	<b>595</b>	<b>23,01</b>	<b>11,06</b>	<b>65,35</b>	<b>460,46</b>	<b>125,00р.</b>
<b>ОБЕД</b>							
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
	<b>Всего</b>	<b>795</b>	<b>25,64</b>	<b>22,47</b>	<b>118,86</b>	<b>703,66</b>	<b>117,50р.</b>

Директор МБОУ СОШ № 16 У.И. Хусейнов



Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МБОУ СОШ № 16 *Тусеми Ч. В*  
 2024 г.



# МЕНЮ

Наименование и номер школы № *16 ул. Ч.Н. Нестерова от Алашаджикской*  
 Дата *18.10.2024*  
 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
<b>ЗАВТРАК</b>							
1.	Зеленый горошек консервированный	100	5,67	4,17	12,83	111,50	28,90 Р
2.	Рыба, тушенная 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
	<b>Всего</b>	<b>705</b>	<b>29,20</b>	<b>14,15</b>	<b>81,31</b>	<b>581,19</b>	<b>149,60 Р</b>
<b>ОБЕД</b>							
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
	<b>Всего:</b>	<b>980</b>	<b>32,93</b>	<b>28,57</b>	<b>135,06</b>	<b>879,40</b>	<b>128,50 Р</b>

Директор МБОУ СОШ № *16* *Тусеми Ч. В*

Зав. производством ООО "Ваша сервисная компания"

