

Утверждаю:
Директор МОАУ «СОШ № 16»
Л.В.Каверина

Ежедневное меню для обучающихся МОАУ «СОШ №16»
ул. Северная ,76

Дата: 13 мая 2024г
Сезон: весенний период
Неделя: вторая
День: 1 день примерного меню

Завтрак 68-50 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
салат Восторг	60	0,94	3,09	7,03	59	7-83
Макароны с сыром	225	13,6	15,13	49,5	365,4	34-68
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	2-08
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,62	45,40	2-16
ИТОГО	515	16,6	18,48	72,6	496,6	46-75

Завтрак-полдник (ОВЗ) 78-30 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
салат Восторг	60	0,94	3,09	7,03	59	7-83
Макароны с сыром	225	13,6	15,13	49,5	365,4	34-68
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	2-08
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,62	45,40	2-16
Плюшка Оренбургская	50	4,33	7,32	29,15	200	6-09
Кисель плодово-ягодный	200	0	0	9,98	119,0	6-86
ИТОГО	765	20,90	25,8	111,73	815,6	59-70

Ответственный по питанию: В.С.Елистратова
Зав. производством: Н.Н. Инкебаева

Утверждаю:
Директор МОАУ «СОШ №16»
Л.В.Каверина

Ежедневное меню для обучающихся МОАУ «СОШ №16»
ул. Северная ,76

Дата: 14 мая 2024г
Сезон: весенний период
Неделя: вторая
День: 2 день примерного меню

Завтрак 68-50 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
икра кабачковая (пром произв)	15	0,37	2,18	5,86	52,13	4-42
Колета рыбная любительс..с\с	100	10,8	6,30	16,3	205,2	30-31
Картофельное пюре	150	3,24	5,6	32,5	156,0	18-31
Какао с молоком	200	2,60	3,50	17,6	118,6	15-01
Хлеб домашний подовый	35	2,17	0,30	11,2	52,0	2-52
ИТОГО	500	19,2	17,88	83,5	583,9	70-57

Завтрак-полдник (ОВЗ) 78-30 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
икра кабачковая (пром произв)	15	0,37	2,18	5,86	52,13	4-42
Колета рыбная любительс..с\с	100	10,8	6,30	16,3	205,2	30-31
Картофельное пюре	150	3,24	5,6	32,5	156,0	18-31
Какао с молоком	200	2,60	3,50	17,6	118,6	15-01
Хлеб домашний подовый	35	2,17	0,30	11,2	52,0	2-52
Булочка школьная	50	4,22	5,14	27,31	172,8	5-96
чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	2-08
ИТОГО	750	23,62	23,02	117,31	783,50	78-61

Ответственный по питанию: В.С.Елистратова
Зав. производством: Н.Н. Инкебаева



Утверждаю:
Директор МОАУ «СОШ № 16»
Л.В.Каверина

Ежедневное меню для обучающихся МОАУ «СОШ №16»
ул. Северная ,76

Дата: 15 мая 2024г
Сезон: весенний период
Неделя: вторая
День: 3 день примерного меню

Завтрак 68-50 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Каша жидкая молочная кукурузная	200	15,8	17,8	43,0	297,9	19-16
Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	8,70	37,90	5-16
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,62	45,40	2-16
фрукт	70	0,70	0,42	7,21	93,60	16-80
ИТОГО	500	18,7	18,5	68,5	474,8	43-28

Завтрак-полдник (ОВЗ) 78-30 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Каша жидкая молочная кукурузная	200	15,8	17,8	43,0	297,9	19-16
Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	8,70	37,90	5-16
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,62	45,40	2-16
фрукт	70	0,70	0,42	7,21	93,60	16-80
Сдоба фигурная	50	6,70	8,20	43,60	186,5	4-98
Компот из смеси сухофруктов	180	0,00	0,00	8,98	93,60	7-03
ИТОГО	730	25,36	26,68	121,08	768,49	54-59

Ответственный по питанию: В.С.Елистратова
Зав. производством: Н.Н. Инкебаева

Утверждаю:
 Директор МОАУ «СОШ № 16»
 Л.В.Каверина



Ежедневное меню для обучающихся МОАУ «СОШ №16»
 ул. Уметбаева д1

Дата: 15 мая 2024г
 Сезон: весенний период
 Неделя: вторая
 День: 3 день примерного меню
Завтрак 12-00 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Каша жидкая молочная кукурузная	100	7,9	8,9	18,48	148,95	9-59
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	2-08
Хлеб домашний подовый	25	1,55	0,21	8,01	37,84	1-80
ИТОГО	325	9,65	9,11	32,99	213,59	13-47

Завтрак 68-50 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Каша жидкая молочная кукурузная	200	15,8	17,8	43,0	297,9	19-16
Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	8,70	37,90	5-16
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,62	45,40	2-16
фрукт	70	0,70	0,42	7,21	93,60	16-80
ИТОГО	500	18,7	18,5	68,5	474,8	43-28

Обед 100-00 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Салат Прелесть	60	1,01	3,25	5,93	85,5	10-86
Суп картофельный с вермишелью	200	3,18	3,65	16,6	112,4	11-35
ежики мясные в соусе	90	11,7	12,7	12,03	191,11	50-56
гороховое пюре	150	4,27	4,50	29,73	195,15	14-68
Компот из смеси сухофруктов	180	0,00	0,00	8,98	107,19	6-33
Хлеб домашний подовый	45	2,19	0,38	14,4	68,01	3-25
Хлеб ржаной	25	1,17	0,17	12,45	42,8	1-72
ИТОГО	750	23,92	24,16	100,59	776,76	98-75

Завтрак-полдник (ОВЗ) 78-30 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Каша жидкая молочная кукурузная	200	15,8	17,8	43,0	297,9	19-16
Чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	8,70	37,90	5-16
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,62	45,40	2-16
фрукт	70	0,70	0,42	7,21	93,60	16-80
Сдоба фигурная	50	6,70	8,20	43,60	186,5	4-98
Компот из смеси сухофруктов	180	0,00	0,00	8,98	93,60	7-03
ИТОГО	730	25,36	26,68	121,08	768,49	54-59

Ответственный по питанию: В.С.Елистратова
 Зав. производством: В.В.Казакбаева

Утверждаю:
Директор МОАУ «СОШ № 16»
Л.В.Каверина

Ежедневное меню для обучающихся МОАУ «СОШ №16»
ул. Северная ,76

Дата: 16 мая 2024г
Сезон: весенний период
Неделя: вторая
День: 4 день примерного меню

Завтрак 68-50 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
котлета Московская с соусом	90	8,01	9,80	12,5	205,5	56-50
каша пшеничная вязкая	180	7,92	5,76	42,3	196,3	10-33
Кисель плодово-ягодный	200	0	0	9,98	119,0	6-86
Хлеб домашний подовый	30	2,17	0,30	11,2	52,0	2-52
ИТОГО	500	18,1	15,86	76	572,8	76-21

Завтрак-полдник (ОВЗ) 78-30 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
котлета Московская с соусом	90	8,01	9,80	12,5	205,5	56-50
каша пшеничная вязкая	180	7,92	5,76	42,3	196,3	10-33
Кисель плодово-ягодный	200	0	0	9,98	119,0	6-86
Хлеб домашний подовый	30	2,17	0,30	11,2	52,0	2-52
булочка дорожная	50	3,56	7,42	28,05	193,5	6-06
чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	2-08
ИТОГО	750	21,96	25,22	103,15	805,3	83-99

Ответственный по питанию: В.С.Елистратова
Зав. производством: Н.Н. Инкебаева

Утверждаю:
 Директор МОАУ «СОШ № 16»
 Л.В.Каверина



**Ежедневное меню для обучающихся МОАУ «СОШ №16»
 ул. Уметбаева д1**

Дата: 16 мая 2024г
 Сезон: весенний период
 Неделя: вторая
 День: 4 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

наименование блюد	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
каша пшеничная вязкая с соусом	110	4,40	2,92	23,51	142,4	6-22
Чай с сахаром	200	0,0	0	9,98	119	6-86
Хлеб домашний подовый	25	1,55	0,21	8,01	37,84	1-80
ИТОГО	335	5,95	3,13	41,50	299,24	14-88

Завтрак 68-50 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
котлета Московская с соусом	90	8,01	9,80	12,5	205,5	56-50
каша пшеничная вязкая	180	7,92	5,76	42,3	196,3	10-33
Кисель плодово-ягодный	200	0	0	9,98	119,0	6-86
Хлеб домашний подовый	30	2,17	0,30	11,2	52,0	2-52
ИТОГО	500	18,1	15,86	76	572,8	76-21

Обед 100-00 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Салат Степной с соленым огурцом	60	0,98	3,06	25,58	83	8-56
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	205	5,94	5,7	18,76	118	12-92
рагу из птицы	230	14,94	17,88	38,1	391,0	75-77
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	2-08
Хлеб домашний подовый	45	2,19	0,38	14,4	68,01	3-25
Хлеб ржаной	25	1,17	0,17	12,45	42,8	1-72
ИТОГО	775	25,42	27,19	115,79	729,61	104-30

Завтрак-полдник (ОВЗ) 78-30 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
котлета Московская с соусом	90	8,01	9,80	12,5	205,5	56-50
каша пшеничная вязкая	180	7,92	5,76	42,3	196,3	10-33
Кисель плодово-ягодный	200	0	0	9,98	119,0	6-86
Хлеб домашний подовый	30	2,17	0,30	11,2	52,0	2-52
булочка дорожная	50	3,56	7,42	28,05	193,5	6-06
чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	2-08
ИТОГО	750	21,96	25,22	103,15	805,3	83-99

Ответственный по питанию: _____ В.С.Елистратова
 Зав. производством: _____ В.В.Казакбаева

Утверждаю:
Директор МОАУ «СОШ № 16»
Л.В.Каверина

Ежедневное меню для обучающихся МОАУ «СОШ №16»
ул. Северная ,76

Дата: 17 мая 2024г
Сезон: весенний период
Неделя: вторая
День: 5 день примерного меню

Завтрак 68-50 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Сырники из творога с джемом	170	15,5	17,9	33,7	374,1	71-30
Чай с молоком и сахаром	200	1,60	1,10	8,70	50,90	6-67
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,62	45,40	2-16
Фрукт	160	0,03	0,00	12,2	82,13	25-92
ИТОГО	560	19,0	19,26	64,2	576,0	106-05

Завтрак-полдник (ОВЗ) 78-30 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Сырники из творога с джемом	170	15,5	17,9	33,7	374,1	71-30
Чай с молоком и сахаром	200	1,60	1,10	8,70	50,90	6-67
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,62	45,40	2-16
Фрукт	160	0,03	0,00	12,2	82,13	25-92
Булочка ванильная	50	3,95	4,23	29,7	171,0	6-70
чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	2-08
ИТОГО	810	23,41	24,4	98,07	752,13	114-83

Ответственный по питанию: В.С.Елистратова
Зав. производством: Н.Н. Инкебаева

Утверждаю:
Директор МОАУ «СОШ №16»
Л.В.Каверина

Ежедневное меню для обучающихся МОАУ «СОШ №16»
ул. Уметбаева д1

Дата: 17 мая 2024г
Сезон: весенний период
Неделя: вторая
День: 5 день примерного меню

Завтрак 12-00 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Каша ячневая вязкая с соусом	110	3,19	2,84	20,55	124,6	5-84
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8	2-08
Хлеб домашний подовый	25	1,55	0,21	8,01	37,84	1-80
ИТОГО	335	6,15	3,13	38,02	207,04	9-72

Завтрак 68-50 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Сырники из творога с джемом	170	15,5	17,9	33,7	374,1	71-30
Чай с молоком и сахаром	200	1,60	1,10	8,70	50,90	6-67
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,62	45,40	2-16
Фрукт	160	0,03	0,00	12,2	82,13	25-92
ИТОГО	560	19,0	19,26	64,2	576,0	106-05

Обед 100-00 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
икра овощная закусочная	60	1,41	3,76	4,40	60,10	5-82
Суп крестьянский	200	1,64	4,34	18,51	80,8	9-19
Котлета мясо-картофельная с соусом	100	13,6	10,7	15,8	194,4	69-28
Макароны отварные	150	5,48	4,98	37,87	211,5	11-90
Напиток из шиповника	180	0,60	0,20	15,20	65,30	10-46
Хлеб домашний подовый	45	2,19	0,38	14,4	68,01	3-25
Хлеб ржаной	25	1,17	0,17	12,45	42,8	1-72
ИТОГО	755	26,09	24,53	116,63	722,91	110-76

Завтрак-полдник (ОВЗ) 78-30 руб.

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Сырники из творога с джемом	170	15,5	17,9	33,7	374,1	71-30
Чай с молоком и сахаром	200	1,60	1,10	8,70	50,90	6-67
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,62	45,40	2-16
Фрукт	160	0,03	0,00	12,2	82,13	25-92
Булочка ванильная	50	3,95	4,23	29,7	171,0	6-70
чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	2-08
ИТОГО	810	23,41	24,4	98,07	752,13	114-83

Ответственный по питанию: В.С.Елистратова
Зав. производством: В.В.Казакбаева