

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

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

Дата: 20 января 2025г
 Сезон: зимний период
 Неделя: первая
 День: 1 день примерного меню
Завтрак 70-10 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Салат из белокочанной капусты с	60	0,98	3,04	5,42	52	6-38
Макароны с сыром	205/10	12,8	16,0	48,8	357,1	26-56
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8	2-21
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,60	44,57	2-33
ИТОГО	505	18,8	19,3	70,32	480,5	37-48

Завтрак 84-23 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Салат из белокочанной капусты	100	1,13	5,06	5,03	88,6	10-63
Макароны с сыром	205/15	14,6	16,7	51,1	373,7	32-36
Чай с сахаром	200	0,20	0,0	6,50	26,80	2-21
Хлеб домашний подовый	45	2,19	0,38	14,4	68,01	3-50
ИТОГО	565	18,2	22,1	77	557,1	48-70

Завтрак-полдник 81-82руб. (ОВЗ)

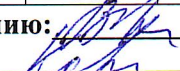

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Салат из белокочанной капусты	60	0,92	3,04	5,42	52	6-38
Макароны с сыром	205/10	12,8	16,0	48,8	357,1	26-56
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8	2-21
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,60	44,57	2-33
Плюшка Оренбургская	50	4,33	7,32	29,1	200	6-43
Компот из плодов свежих	180	0,6	0,61	21,3	86,38	10-11
ИТОГО	735	20,71	27,23	120,72	766,85	54-02

Обед 102-40 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Салат из свеклы	60	0,62	2,15	4,68	47,82	7
Суп картофельный с горохом	200	4,39	3,79	10,8	127	12-87
Плов из птицы (без кости)	200	16,3	16,5	51	432,1	69-69
Компот из плодов свежих	200	0,6	0,21	21,4	86,38	11-23
Хлеб домашний подовый	45	2,19	0,38	14,4	68,01	3-50
Хлеб ржаной	25	1,17	0,17	12,45	42,80	1-88
ИТОГО	730	25,3	24,6	114	804,11	106-17

Обед 143-00 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Салат из свеклы	100	1	3,58	5,8	79,70	11-67
Суп картофельный с горохом	250	5,14	4,	23,3	136,8	16-47
Плов из птицы (без кости)	200	16,3	16,5	51	432,1	69-69
Компот из плодов свежих	200	0,6	0,21	21,4	86,38	11-23
Хлеб домашний подовый	50	3,7	0,45	18	56,2	3-89
Хлеб ржаной	40	1,9	0,3	19,9	68,5	3-02
ИТОГО	840	30,8	28,8	122	911,2	168-95

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: 20 января 2025г
Сезон: зимний период
Неделя: первая
День: 1 день примерного меню
Завтрак 70-10 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Салат из белокочанной капусты с	60	0,98	3,04	5,42	52	6-38
Макароны с сыром	205/10	12,8	16,0	48,8	357,1	26-56
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8	2-21
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,60	44,57	2-33
ИТОГО	505	18,8	19,3	70,32	480,5	37-48

Завтрак-полдник 78-30 руб. (ОВЗ)

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Салат из белокочанной капусты	60	0,92	3,04	5,42	52	6-38
Макароны с сыром	205/10	12,8	16,0	48,8	357,1	26-56
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8	2-21
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,60	44,57	2-33
Плюшка Оренбургская	50	4,33	7,32	29,1	200	6-43
Компот из плодов свежих	180	0,6	0,61	21,3	86,38	10-11
ИТОГО	735	20,71	27,23	120,72	766,85	54-02

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