

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

Дата: 22 января 2025г  
 Сезон: зимний период  
 Неделя: первая  
 День: 3 день примерного меню

**Завтрак 70-10 руб.**

наименование блюдо	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Блины с начинкой п/ф	60	3,37	4,82	26,3	169,4	26-04
Каша молочная Дружба	205	8,92	9,75	32,4	257,7	23-13
Чай с лимоном и сахаром	200	1,6	1,10	8,7	50,9	5-30
Хлеб домашний подовый	35	2,17	0,30	11,2	52,0	2-72
<b>ИТОГО</b>	<b>500</b>	<b>16,1</b>	<b>16,0</b>	<b>78,6</b>	<b>530,0</b>	<b>57-19</b>

**Завтрак 84-23 руб.**

наименование блюдо	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Блины с начинкой п/ф	60	3,37	4,82	26,3	169,4	26-09
Каша молочная Дружба	250/5	11,1	12,1	40,3	320,5	27-19
Чай с лимоном и сахаром	200	1,6	1,10	8,7	50,9	5-30
Хлеб домашний подовый	45	2,19	0,38	14,4	68,01	3-50
<b>ИТОГО</b>	<b>560</b>	<b>18,2</b>	<b>18,4</b>	<b>89,7</b>	<b>608,8</b>	<b>62-08</b>

**Завтрак-полдник 81-82 руб. (ОВЗ)**

наименование блюдо	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Блины с начинкой п/ф	60	3,37	4,82	26,3	169,4	26-04
Каша молочная Дружба	205	8,92	9,75	32,4	257,7	23-13
Чай с лимоном и сахаром	200	1,6	1,10	8,7	50,9	5-30
Хлеб домашний подовый	35	2,17	0,30	11,2	52,0	2-72
<b>ИТОГО</b>	<b>500</b>	<b>16,1</b>	<b>16,0</b>	<b>78,6</b>	<b>530,0</b>	<b>57-19</b>
Сдоба фигурная	50	4,22	5,14	27,3	172,8	5-33
Компот из сухофруктов	180	0,0	0,0	8,98	93,6	7-14
<b>ИТОГО</b>	<b>730</b>	<b>20,32</b>	<b>21,14</b>	<b>114,88</b>	<b>798,4</b>	<b>69-66</b>

**Обед 102-40 руб.**

наименование блюдо	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Салат «Осенний»	60	1,07	3,16	7,55	63,06	7-36
Суп картофельный с вермишелью	200	2,29	3,65	28,3	111,2	14-26
Рагу из птицы	200	19,4	18,3	36,2	372,0	58-24
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,00	9,89	104,0	7-14
Хлеб домашний подовый	45	2,19	0,38	14,40	68,01	3-50
Хлеб ржаной	25	1,17	0,17	12,4	42,8	1-88
<b>ИТОГО</b>	<b>730</b>	<b>26,1</b>	<b>25,7</b>	<b>108</b>	<b>761,1</b>	<b>92-38</b>

**Обед 143-00 руб.**

наименование блюдо	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Салат «Осенний»	100	1,79	5,27	12,6	105,1	12-27
Суп картофельный с вермишелью	250	2,86	4,56	30,4	129,5	17-83
Рагу из птицы	300	20,6	19,5	40,4	451,3	102-68
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,00	9,89	104,0	7-14
Хлеб домашний подовый	50	3,70	0,45	18,0	56,20	3-89
Хлеб ржаной	40	1,90	0,30	19,9	68,50	3-02
<b>ИТОГО</b>	<b>940</b>	<b>30,6</b>	<b>30,3</b>	<b>132</b>	<b>942,6</b>	<b>143-35</b>

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



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

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

Дата: 22 января 2025г  
Сезон: зимний период  
Неделя: первая  
День: 3 день примерного меню

**Завтрак 70-10 руб.**

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Блины с начинкой п/ф	60	3,37	4,82	26,3	169,4	26-04
Каша молочная Дружба	205	8,92	9,75	32,4	257,7	23-13
Чай с лимоном и сахаром	200	1,6	1,10	8,7	50,9	5-30
Хлеб домашний подовый	35	2,17	0,30	11,2	52,0	2-72
<b>ИТОГО</b>	<b>500</b>	<b>16,1</b>	<b>16,0</b>	<b>78,6</b>	<b>530,0</b>	<b>57-19</b>

**Завтрак-полдник 81-82 руб. (ОВЗ)**

наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Блины с начинкой п/ф	60	3,37	4,82	26,3	169,4	26-04
Каша молочная Дружба	205	8,92	9,75	32,4	257,7	23-13
Чай с лимоном и сахаром	200	1,6	1,10	8,7	50,9	5-30
Хлеб домашний подовый	35	2,17	0,30	11,2	52,0	2-72
<b>ИТОГО</b>	<b>500</b>	<b>16,1</b>	<b>16,0</b>	<b>78,6</b>	<b>530,0</b>	<b>57-19</b>
Сдоба фигурная	50	4,22	5,14	27,3	172,8	5-33
Компот из сухофруктов	180	0,0	0,0	8,98	93,6	7-14
<b>ИТОГО</b>	<b>730</b>	<b>20,32</b>	<b>21,14</b>	<b>114,88</b>	<b>798,4</b>	<b>69-66</b>

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