

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

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

Дата: 24 января 2025г
 Сезон: зимний период
 Неделя: первая
 День: 5 день примерного меню
 Завтрак 70-10 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Куры тушеные с овощами	120	11,4	9,70	13,1	196,5	51-10
Каша гречневая вязкая	180	3,79	7,93	39,7	264,6	13-62
Чай с сахаром	200	0,20	0,0	6,50	26,80	2-21
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,6	44,6	2-33
ИТОГО	500	16,6	16,6	67,3	488,4	66-99

Завтрак 84-23 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Куры тушеные с овощами	120	11,4	9,70	18,1	196,5	51-10
Каша гречневая вязкая	150	3,16	6,61	33,1	220,5	11-35
Чай с сахаром	200	0,20	0,0	6,50	26,80	2-21
Хлеб домашний подовый	50	3,7	0,45	18	56,2	3-89
ИТОГО	550	19	18,1	76,6	544,2	70-82

Завтрак-полдник (ОВЗ) 81-82

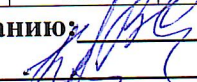
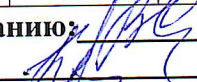
наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Куры тушеные с овощами	120	11,4	9,70	13,1	196,5	51-10
Каша гречневая вязкая	150	3,16	6,61	33,1	220,5	11-35
Чай с сахаром	200	0,20	0,0	6,50	26,80	2-21
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,6	44,6	2-33
ИТОГО	500	16,62	16,57	62,3	488,4	66-99
Булка ванильная	50	4,22	5,14	27,3	172,8	6-78
Кисель из концентратов плодово-ягодный	200	0,0	0,0	13,5	54,00	5-94
ИТОГО	750	20,84	21,71	103,1	715,2	79-71

Обед 102-40 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Икра овощная закусочная	60	0,92	3,04	5,42	60,10	6-61
Суп Крестьянский	200	5,45	3,70	8,76	97,8	11-70
Котлета мясо - картофельная с соусом	100	10,3	11,6	15,4	191,2	68-47
Каша перловая рассыпчатая	150	6,57	5,98	41,8	186,1	13-83
Кисель из концентрата	180	0	0	13,5	60	5-35
Хлеб домашний подовый	45	2,19	0,38	14,4	68,01	3-50
Хлеб ржаной	25	1,17	0,17	12,4	42,80	1-88
ИТОГО	760	26,6	24,9	113	707	111-34

Обед 143-00 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Икра овощная закусочная	100	1,41	2,76	8,4	60,10	11-02
Суп Крестьянский	250	1,49	4,91	18,2	114,7	14-52
Котлета мясо - картофельная с соусом	120	14,7	16,2	17,1	298,7	78-13
Каша перловая рассыпчатая	180	3,89	6,2	33,1	184,2	16-59
Кисель из концентрата	200	0	0	13,5	54	5-94
Хлеб домашний подовый	50	3,7	0,45	18	56,2	3-89
Хлеб ржаной	40	1,9	0,3	19	68,50	3-02
ИТОГО	940	27,1	31,7	128	836,4	133-11

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

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

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

Дата: 24 января 2023г
Сезон: зимний период
Неделя: первая
День: 5 день примерного меню

Завтрак 70-10 руб.

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Куры тушеные с овощами	120	11,4	9,70	13,1	196,5	51-10
Каша гречневая вязкая	180	3,79	7,93	39,7	264,6	13-62
Чай с сахаром	200	0,20	0,0	6,50	26,80	2-21
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,6	44,6	2-33
ИТОГО	500	16,6	16,6	67,3	488,4	66-99

Завтрак-полдник 81-82(ОВЗ)

наименование блюд	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Цена
Куры тушеные с овощами	120	11,4	9,70	13,1	196,5	51-10
Каша гречневая вязкая	150	3,16	6,61	33,1	220,5	11-35
Чай с сахаром	200	0,20	0,0	6,50	26,80	2-21
Хлеб домашний подовый	30	1,86	0,26	9,6	44,6	2-33
ИТОГО	500	16,62	16,57	62,3	488,4	66-99
Булка ванильная	50	4,22	5,14	27,3	172,8	6-78
Кисель из концентратов плодово-ягодный	200	0,0	0,0	13,5	54,00	5-94
ИТОГО	750	20,84	21,71	103,1	715,2	79-71

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