Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ № 16

МЕНЮ ЗАВТРАКА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов (возраст 7-11 лет)

	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
	12 февраля 2024 г. Понедельник		
	Завтрак		
18/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	90	182,39
8/11	Соус красный основной	50	21,09
46/3	Макаронные изделия отварные	150	183,94
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
	Итого за 'Завтрак'		**516,53**
	13 февраля 2024 г. Вторник		
	Завтрак		
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	250	383,70
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
	Итого за 'Завтрак'		**612,39**
	14 февраля 2024 г. Среда		
	Завтрак		
2/13	Хлеб с сыром	30/10	104,07
2/6	Омлет запеченный или паровой	150	211,23
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
пром.	Батон с каротином	45	115,89
пром.	Пряники	80	293,39
	Итого за 'Завтрак'		**821,12**
	15 февраля 2024 г. Четверг		
	Завтрак		
2/9	Бедро куриное отварное в соусе (вар 2)	130	228,25
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	265,93
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
	Итого за 'Завтрак'		**623,29**
	16 февраля 2024 г. Пятница		
	Завтрак		
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе	100	121,53
38/3	Рис припущенный с овощами	150	238,03
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
пром.	Мандарины	115	46,69
	Итого за 'Завтрак'		**537,19**

Утверждаю:
Директор МАОУ СОШ № 16

МЕНЮ ЗАВТРАКА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов (возраст 12-18 лет)

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
	12 февраля 2024 г. Понедельник		
	Завтрак		
12/8	Гуляш из мяса говядины	120	265,40
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	319,11
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого за 'Завтрак'		**754,88**
	13 февраля 2024 г. Вторник		
	Завтрак		
16/7	Кнели из рыбы паровые (минтай)	100	142,88
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	236,10
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого за 'Завтрак'		**551,16**
	14 февраля 2024 г. Среда		
	Завтрак		
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	100	197,30
3/3	Картофельное пюре	180	159,10
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	45	94,74
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого за 'Завтрак'		**570,20**
	15 февраля 2024 г. Четверг		
	Завтрак		
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	180	223,05
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
	Итого за 'Завтрак'		**541,08**
	16 февраля 2024 г. Пятница		
	Завтрак		
3/13	Хлеб с маслом и сыром	40	121,87
7/4	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	250	262,73
30/10	Чай с молоком	200	95,20
пром.	Батон с каротином	65	167,39
	Итого за 'Завтрак'		**647,20**