

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
<b>19 февраля 2024 г. Понедельник</b>			
20/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные со сметанным соусом	150	248,80
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	196,75
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>585,19</b>
<b>20 февраля 2024 г. Вторник</b>			
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	80	78,68
8/5	Запеканка (сырники) из творога	150	313,88
-	Молоко сгущенное	30	95,22
пром.	Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
пром.	Батон с каротином	45	115,89
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>695,20</b>
<b>21 февраля 2024 г. Среда</b>			
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	137,12
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
6/10	Компот из изюма	200	88,91
пром.	Бананы	230	219,65
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>547,52</b>

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
<b>19 февраля 2024 г. Понедельник</b>			
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	100	219,86
8/11	Соус красный основной	50	21,09
46/3	Макаронные изделия отварные	180	220,73
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>632,05</b>
<b>20 февраля 2024 г. Вторник</b>			
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	100	98,35
8/5	Запеканка (сырники) из творога	200	418,51
-	Молоко сгущенное	40	126,96
пром.	Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
пром.	Батон с каротином	60	154,52
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>889,87</b>
<b>21 февраля 2024 г. Среда</b>			
7/7	Рыба, запеченная с сыром	100	171,34
38/3	Рис припущенный с овощами	180	285,63
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
<b>Итого за 'Завтрак'</b>			<b>629,16</b>























































## МЕНЮ ОБЕДА

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

	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
--	-----------------------------	-----------	----------

### 19 февраля 2024 г. Понедельник

42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	60	74,48
19/2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	157,97
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	90	197,88
8/11	Соус красный основной	50	21,09
46/3	Макаронные изделия отварные	150	183,94
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68

**Итого за 'Обед'**

**814,27**

### 20 февраля 2024 г. Вторник

20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	60	46,05
28/2	Суп-пюре гороховый	250	134,13
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
54-9м-2	Жаркое по-домашнему	200	306,96
12/10	Компот из чернослива и изюма	200	88,66
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	25	52,64
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68

**Итого за 'Обед'**

**717,52**

### 21 февраля 2024 г. Среда

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60	55,62
14/2	Суп картофельный с крупой	250	151,27
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
7/7	Рыба, запеченная с сыром	100	171,34
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

**Итого за 'Обед'**

**803,18**

Утверждаю:  
Директор МАОУ СОШ № 16

## МЕНЮ ОБЕДА

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

(возраст

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
<b>19 февраля 2024 г. Понедельник</b>			
42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	100	124,14
19/2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	157,97
20/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные со сметанным соусом	100/50	248,80
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	180	236,10
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>987,16</b>

### 20 февраля 2024 г. Вторник

20/1	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	76,75
28/2	Суп-пюре гороховый	250	134,13
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
54-9м-2	Жаркое по-домашнему	250	383,70
12/10	Компот из чернослива и изюма	200	88,66
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>866,21</b>

### 21 февраля 2024 г. Среда

6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	92,69
14/2	Суп картофельный с крупой	250	151,27
-	Мясо говядины отварное	20	55,99
42/8	Тефтели из мяса говядины	100	235,66
32/3	Рагу из овощей	180	132,48
6/10	Компот из изюма	200	88,91
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
<b>Итого за 'Обед'</b>			<b>889,56</b>

Утверждаю:  
Директор МАОУ СОШ № 16



## МЕНЮ ПОЛДНИКА

для детей с ОВЗ и инвалидов (возраст 7-11 лет)

	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
<b>19 февраля 2024 г. Понедельник</b>			
4/8	Плов из мяса говядины	150	264,94
27/10	Чай	200	37,80
<b>Итого за 'Полдник'</b>			<b>302,74</b>
<b>20 февраля 2024 г. Вторник</b>			
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	154,20
пром.	Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
пром.	Бананы	230	219,65
<b>Итого за 'Полдник'</b>			<b>465,39</b>
<b>21 февраля 2024 г. Среда</b>			
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	137,12
6/10	Компот из изюма	200	88,91
<b>Итого за 'Полдник'</b>			<b>226,03</b>

Утверждаю:  
Директор МАОУ СОШ № 16



**МЕНЮ ПОЛДНИКА**  
для детей с ОВЗ и инвалидов (возраст 12-18 лет)

	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
<b>19 февраля 2024 г. Понедельник</b>			
4/8	Плов из мяса говядины	200	353,25
27/10	Чай	200	37,80
<b>Итого за 'Полдник'</b>			<b>391,05</b>
<b>20 февраля 2024 г. Вторник</b>			
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	205,61
пром.	Кисель с витаминами Витошка	200	91,53
пром.	Бананы	230	219,65
<b>Итого за 'Полдник'</b>			<b>516,79</b>
<b>21 февраля 2024 г. Среда</b>			
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	182,82
29/10	Чай с лимоном	200	38,66
<b>Итого за 'Полдник'</b>			<b>221,48</b>