

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
--	-----------------------------	-----------	----------

### 1 сентября 2025 г. Понедельник


### 2 сентября 2025 г. Вторник


### 3 сентября 2025 г. Среда


### 4 сентября 2025 г. Четверг

5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
32/3	Рагу из овощей	150	132,48
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	84,22
пром.	Хлеб ржаной	20	58,01

Итого за 'Завтрак'

500 487,02

### 5 сентября 2025 г. Пятница

19/7	Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)	120	125,08
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68

Итого за 'Завтрак'

520 430,22

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
---	--------------------	----------	----------

**1 сентября 2025 г. Понедельник**


**2 сентября 2025 г. Вторник**


**3 сентября 2025 г. Среда**


**4 сентября 2025 г. Четверг**

1/6	Яйцо отварное	40	62,78
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250	338,59
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01

**Итого за 'Завтрак'**

**560 518,62**

**5 сентября 2025 г. Пятница**

пром.			
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	250	228,53
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
пром.	Батон с каротином	70	167,39
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01

**Итого за 'Завтрак'**

**550 550,48**





















































Утверждаю:  
Директор МАОУ СОШ № 16  
МЕНЮ ОБЕДА

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

Наименование изделий (блюд)

Выход, г ЭЦ, ккал

**1 сентября 2025 г. Понедельник**


**2 сентября 2025 г. Вторник**


**3 сентября 2025 г. Среда**


**4 сентября 2025 г. Четверг**

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	60	63,06
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	148,02
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250	338,59
27/10	Чай	200	95,20
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35

**Итого за 'Обед'**

**620 766,90**

**5 сентября 2025 г. Пятница**

41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным	60	81,00
11/2	Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250	131,57
48/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	120	159,29
1/3	Картофель отварной	150	135,49
14/10	Компот из чернослива	200	88,57
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35

**Итого за 'Обед'**

**840 717,95**

Утверждаю:  
Директор МАОУ СОШ № 16

  
(возраст

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

№	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
<b>1 сентября 2025 г. Понедельник</b>			

**2 сентября 2025 г. Вторник**


**3 сентября 2025 г. Среда**


**4 сентября 2025 г. Четверг**

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	100	105,10
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	207,13
32/3	Рагу из овощей	180	132,48
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,35
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>910</b>	<b>818,59</b>

**5 сентября 2025 г. Пятница**

41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	100	100,96
11/2	Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250	131,57
19/7	Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)	120	125,08
3/3	Картофельное пюре	180	159,10
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
<b>Итого за 'Обед'</b>		<b>920</b>	<b>729,66</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
--	-----------------------------	-----------	----------

**1 сентября 2025 г. Понедельник**

--	--	--	--

**2 сентября 2025 г. Вторник**

--	--	--	--

**3 сентября 2025 г. Среда**

--	--	--	--

**4 сентября 2025 г. Четверг**

54-9м-2	Жаркое по-домашнему	150	230,32
27/10	Чай	200	37,80
<b>Итого за 'Полдник'</b>			<b>350 268,12</b>

**5 сентября 2025 г. Пятница**

5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	137,51
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
<b>Итого за 'Полдник'</b>			<b>350 297,54</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428801

Владелец Кнор Ольга Владимировна

Действителен с 24.10.2024 по 24.10.2025