Утверждаю: Директор МАОУ СОШ № 16

МЕНЮ ЗАВТРАКА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов

7-11 лет)

	/-11 Je1)		
	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
	8 сентября 2025 г. Понедельник		
Зав			т
	ки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	100	202,66
	онные изделия отварные с сыром	150	185,88
Чай		200	37,80
	срестьянский с Валитек-8	30	63,16
	эжаной	20	38,68
Ито	за 'Завтрак'	500	528,18
	9 сентября 2025 г. Вторник		
Зав			
	из свежих огурцов с растительным маслом	60	41,00
_	ки (котлеты) из мяса говядины с морковью	90	193,60
	з овощей	150	147,20
	ок из шиповника (вариант 2)	200	74,32
	срестьянский с Валитек-8	30	63,16
	эжаной	20	38,68
Ито	за 'Завтрак'	550	557,96
	10 сентября 2025 г. Среда		
Зав			
	сыром	30/10	104,07
	запеченный или паровой	150	211,23
	с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
Хле	эжаной	20	38,68
17	10	410	450.52
ИТО	за 'Завтрак' 11 сентября 2025 г. Четверг	410	450,52
Zan	1 1		
Зав		120	220.25
	куриное отварное в соусе (вар 2)	130	229,25
	га тушеная	150	102,12
Чай		200	37,80
	срестьянский с Валитек-8	30	63,16
	эжаной	20	38,68
Ито	за 'Завтрак'	530	471,00
	12 сентября 2025 г. Пятница		

Утверждаю:

Директор МАОУ СОШ № 16

МЕНЮ ЗАВТРАКА

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов

(возраст 12-18 лет)

$N_{\underline{0}}$	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
	8 сентября 2025 г. Понедельн	ник	<u></u>
	Завтрак		
9/8	Печень по-строгановски	120	229,25
47/3	Макаронные изделия отварные	180	223,05
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
	Итого за 'Завтрак'	570	668,85
	9 сентября 2025 г. Вторни	К	
	Завтрак		
16/7	Кнели из рыбы паровые (минтай)	100	172,45
3/3	Картофельное пюре	180	159,10
29/10	Чай с лимоном	200/5	39,63
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	115,80
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
	Итого за 'Завтрак'	555	544,99
	10 сентября 2025 г. Среда	1	
	Завтрак		
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	100	197,30
11/3	Капуста тушеная	180	121,34
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	115,80
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
	Итого за 'Завтрак'	550	563,16
	11 сентября 2025 г. Четвер	Γ	
	Завтрак		1
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	165,59
32/3	Рагу из овощей	180	132,48
6/10	Компот из изюма	200	88,91
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	105,27
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
	Итого за 'Завтрак'	550	550,27
	12 сентября 2025 г. Пятниц	ца	
			1
			-
			
1		I	<u> </u>

Утверждаю:

Директор МАОУ СОШ № 16 /

меню обеда

для всех категорий обучающихся, включая детей с OB3 и инвалидов (возраст 7-11 лет)

	(возраст 7-11 лет)		
	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
	8 сентября 2025 г. Понедельник		
	Обед		
	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным		
47/1	маслом	60	63,74
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
41/2	Фрикадельки мясные	20	43,64
9/8	Печень по-строгановски	100	191,04
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	150	170,91
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
-	Итого за 'Обед'	840	806,36
	9 сентября 2025 г. Вторник		
	Обед		
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	60	78,68
24/2	Суп молочный с лапшой	250	172,11
8/5	Запеканка (сырники) из творога	150	313,88
-	Молоко сгущенное	30	95,22
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
пром.	Батон с каротином	45	115,89
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
_	Итого за 'Обед'	760	920,67
	10 сентября 2025 г. Среда		
	Обед		
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	60	55,53
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	164,00
39/8	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	90	177,57
3/3	Картофельное пюре	150	132,59
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	70,71
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого за 'Обед'	810	722,49
	11 сентября 2025 г. Четверг		
	Обед		
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60	55,62
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	111,34
40/2	Гренки (сухарики)	20	50,40
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	137,99
46/3	Макаронные изделия отварные	150	185,88
6/10	Компот из сухофруктов	200	87,60
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	73,69
пром.	Хлеб ржаной	25	48,35
	Итого за 'Обед'	840	750,86
	12 сентября 2025 г. Пятница	UTU	750,00
	1		

Утверждаю: Директор МАОУ СОШ № 16

меню обеда

для всех категорий обучающихся, включая детей с ОВЗ и инвалидов

	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
	8 сентября 2025 г. Понедельник		
	Обед		
	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным	100	1060
47/1	Маслом	100	106,23
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	127,39
41/2 39/3	Фрикадельки мясные Каша гречневая рассыпчатая	20 180	43,64
18/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	100	203,10
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	40	84,22
пром.	Хлеб ржаной	40	77,33
преш	Итого за 'Обед'	930	884,39
	9 сентября 2025 г. Вторник	<i>,</i> , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	30 1,5
	Обед		
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	100	98,33
24/2	Суп молочный с лапшой	250	172,1
8/5	Запеканка (сырники) из творога	200	418,5
-	Молоко сгущенное	40	126,9
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,5
пром.	Батон с каротином	60	154,52
	TT	2.0	# 0.0
пром.	Хлеб ржаной	30	58,0
пром.	Хлеб ржаной	30	58,01
•	Итого за 'Обед'	880	1125,00
•	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда		
пром.	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед	880	1125,00
пром.	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	880	1125,00 92,55
пром. 4/1 16/2	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми	880 100 250	92,53 174,00
пром. 4/1 16/2 2/6	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой	100 250 180	92,53 174,00 253,4
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма	880 100 250 180 200	92,53 174,00 253,4' 88,60
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10 пром.	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма Хлеб крестьянский с Валитек-8	880 100 250 180 200 40	92,5: 174,00 253,4' 88,60 84,2:
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной	880 100 250 180 200 40 30	92,55 174,00 253,47 88,60 84,22 58,0
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10 пром.	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед'	880 100 250 180 200 40	92,55 174,00 253,47 88,60 84,22 58,0
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10 пром.	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' 11 сентября 2025 г. Четверг	880 100 250 180 200 40 30	92,55 174,00 253,47 88,60 84,22 58,0
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10 пром. пром.	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' 11 сентября 2025 г. Четверг Обед	880 100 250 180 200 40 30 800	92,53 174,00 253,4' 88,60 84,22 58,0 750,9 0
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10 пром. пром.	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' 11 сентября 2025 г. Четверг Обед Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	880 100 250 180 200 40 30 800	92,5: 174,00 253,4' 88,60 84,2: 58,0 750,9 0
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10 пром. пром. 6/1 29/2	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' 11 сентября 2025 г. Четверг Обед Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом Суп-пюре из картофеля	880 100 250 180 200 40 30 800	92,5: 174,00 253,4' 88,60 84,2: 58,0 750,9 0
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10 пром. пром. пром. 4/1 40/2	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' 11 сентября 2025 г. Четверг Обед Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом Суп-пюре из картофеля Гренки (сухарики)	880 100 250 180 200 40 30 800 100 250 20	92,5: 174,00 253,4' 88,60 84,2: 58,0 750,90 92,6: 111,3- 50,40
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10 пром. пром. пром. 6/1 29/2 40/2 2/9	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' 11 сентября 2025 г. Четверг Обед Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом Суп-пюре из картофеля Гренки (сухарики) Бедро куриное отварное в соусе	880 100 250 180 200 40 30 800 100 250 20 130	92,5: 174,00 253,4' 88,60 84,2: 58,0 750,90 92,6: 111,3- 50,40 203,80
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10 пром. пром. пром. 4/1 29/2 40/2 2/9 47/3	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' 11 сентября 2025 г. Четверг Обед Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом Суп-пюре из картофеля Гренки (сухарики) Бедро куриное отварное в соусе Макаронные изделия отварные	880 100 250 180 200 40 30 800 100 250 20 130 180	92,5. 174,00 253,4' 88,60 84,2: 58,0 750,90 92,6: 111,3: 50,4: 203,8: 223,0:
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10 пром. пром. пром. 29/2 40/2 2/9 47/3 27/10	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' 11 сентября 2025 г. Четверг Обед Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом Суп-пюре из картофеля Гренки (сухарики) Бедро куриное отварное в соусе Макаронные изделия отварные Чай	880 100 250 180 200 40 30 800 100 250 20 130 180 200	92,5: 174,00 253,4' 88,60 84,2: 58,0 750,90 92,60 111,34 50,40 203,80 223,0: 37,80
пром. 4/1 16/2 2/6 12/10 пром. пром. пром. 4/1 29/2 40/2 2/9 47/3	Итого за 'Обед' 10 сентября 2025 г. Среда Обед Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Омлет запеченный или паровой Компот из чернослива и изюма Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' 11 сентября 2025 г. Четверг Обед Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом Суп-пюре из картофеля Гренки (сухарики) Бедро куриное отварное в соусе Макаронные изделия отварные	880 100 250 180 200 40 30 800 100 250 20 130 180	

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
	8 сентября 2025 г. Понедельник		
	Полдник		
48/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	200	215,48
27/10	Чай	200	37,80
	Итого за 'Полдник'	400	253,28
	9 сентября 2025 г. Вторник		
	Полдник		
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	137,12
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
	Итого за 'Полдник'	350	211,44
	10 сентября 2025 г. Среда		
	Полдник		
48/8	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	200	215,48
_	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	96,54
_			
	Итого за 'Полдник'	400	312,01
	11 сентября 2025 г. Четверг		
	Полдник		
54-9м-2	2 Жаркое по-домашнему	150	230,32
27/10	Чай	200	37,80
	Итого за 'Полдник'	350	221,91

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428801

Владелец Кнор Ольга Владимировна

Действителен С 24.10.2024 по 24.10.2025