Утверждаю: Директор МАОУ СОШ № 16

Krech

### меню завтрака

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

	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		
	Наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	ЭЦ, ккал
	20 октября 2025 г. Понедельн	ик	
	Завтрак		
18/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	100	202,66
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	185,88
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
	Итого за 'Завтрак'	500	528,18
	21 октября 2025 г. Вторнин	ĸ	
	Завтрак		
19/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	41,00
24/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с морковью	90	193,60
32/3	Рагу из овощей	150	147,20
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	74,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
	Итого за 'Завтрак'	550	557,96
	22 октября 2025 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.	Хлеб ржаной	20	38,68
пром.	Мандарины	230	93,38
	Итого за 'Завтрак'	640	543,90
	23 октября 2025 г. Четверг		
	Завтрак		
2/9	Бедро куриное отварное в соусе (вар 2)	130	229,25
11/3	Капуста тушеная	150	102,12
27/10	Чай	200	37,80
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	63,16
пром.	Хлеб ржаной	20	38,68
1	Итого за 'Завтрак'	530	471,00
	24 октября 2025 г. Пятниц		
		•	
		Τ	

Утверждаю: Директор МАОУ СОШ № 16

### МЕНЮ ЗАВТРАКА

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

	(BOSPACT 12-10 JICT)		T
$N_{\underline{0}}$	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
	20 октября 2025 г. Понеде.		<del>-</del>
	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
	21 октября 2025 г. Втор	ник	
	Завтрак		
16/7	Кнели из рыбы паровые (минтай)	120	202,00
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	574,54
	22 октября 2025 г. Сре	да	
	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
	23 октября 2025 г. Четв	ерг	
	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
1	Итого за 'Завтрак'	550	550,27
	24 октября 2025 г. Пятн		
			<del>                                     </del>
			<del>                                     </del>
			<del>                                     </del>

## ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

### СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428801

Владелец Кнор Ольга Владимировна

Действителен С 24.10.2024 по 24.10.2025