



Директор МБОУ "Средняя общеобразовательная школа № 16" С.В. Давыденко

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

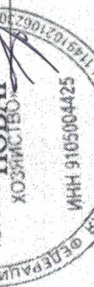
на "16" ноября 2023 год
по Средней общеобразовательной школе

ЗАВТРАК 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
120	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,37	3,79	14,36	120,0	200	4,37	3,79	14,36	120,0
386	Кисломолочный продукт	180	5,8	5,0	8,4	102,0	-	-	-	-	-
376	Чай с сахаром	-	-	-	-	-	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37	0,3	14,49	70,14
338	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	ИТОГО:	510	12,94	9,49	47,05	339,14	520	7,2	4,51	48,64	277,14
ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 71 рублей 46 копеек		ЦЕНА ЗА ЗАВТРАК : 46 руб. 00 коп.									

ОБЕД 5-11 классы (12 лет и старше)

№ т/к	Наименование блюд	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Выход одной порции, гр	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)
70/71	Овощи натуральные по сезону	60	0,67	0,06	2,1	12,0	60	0,67	0,06	2,1	12,0
101	Суп картофельный с гречневой крупой	200	2,0	2,17	13,4	81,04	250	2,5	2,63	16,75	101,3
125	Картофель отварной	150	2,83	7,57	19,9	167,14	180	3,4	9,08	23,9	200,60
234	Котлеты рыбные	80	6,56	5,31	9,03	108	80	6,56	5,31	9,03	108
376	Чай с сахаром	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0	180/10	0,06	0,02	9,99	40,0
к/к	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	30	2,37	0,3	14,49	70,14
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,98	20	1,12	0,22	9,88	45,98
	ИТОГО:	730	15,61	15,65	78,79	524,30	810	16,68	17,62	86,14	578,02
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1240	28,55	25,14	125,84	863,44	1330	23,88	22,13	134,78	855,16
ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек		ЦЕНА ЗА ОБЕД : 77 рублей 50 копеек									



Медработник О.С.С.С.