

ООО "СОП"

Утверждаю  
 Директор МБОУ "СОШ №16 с углубленным  
 изучением отдельных предметов ЗМР РТ"  
 Сайфутдинов Р.Р.



**МЕНЮ**  
**Столовая СОШ №16**  
**на 20 Сентября 2023 г.**

Наименование блюда	Выход	Пищевая ценность			
		Белки	Жиры	Углеводы	ККал

**Меню: Комплекс №1**

**Горячий завтрак для учащихся 1-4 классов**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1шт.	228	11.41	15.23	28.39	292
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Батон	037	2.66	0.91	17.8	93
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт.)	050	2.2	13.6	32	227
<b>Итого по меню Комплекс №1</b>	<b>64-19</b>	<b>16</b>	<b>30</b>	<b>93</b>	<b>669</b>

**Меню: Комплекс №2**

**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов**

Филе минтая запеченное с овощами	100	16.45	17.57	8.44	174
Пюре картофельное	170	3.5	6.18	20.7	165
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Батон	026	1.87	0.64	12.51	65
Конфета вафельная в шоколадной глазури (1 шт.)	039	2.34	11.04	24.69	208
<b>Итого по меню Комплекс №2</b>	<b>75-80</b>	<b>24</b>	<b>35</b>	<b>81</b>	<b>669</b>

**Меню: Комплекс №4**

**Горячий завтрак для учащихся из многодетных семей**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1шт.	228	11.41	15.23	28.39	292
Чай полусладкий с курагой, 200/10/7	217	0.56	0.07	13.59	54
Хлеб белый	038	3	0.31	19.31	91.44
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт.)	050	2.2	13.6	32	227
<b>Итого по меню Комплекс №4</b>	<b>67-63</b>	<b>17</b>	<b>29</b>	<b>93</b>	<b>664</b>

**Меню: Комплекс №5**

**Горячий завтрак для учащихся 5-11 классов (доп. питание)**

Каша пшеничная вязкая	130	3.58	4.16	21.06	135
Чай полусладкий, 200/10	210	0.2	0.05	10.02	38
Батон	022	1.59	0.54	10.59	55
<b>Итого по меню Комплекс №5</b>	<b>8-80</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>42</b>	<b>228</b>

**Меню: Комплекс №6**

**Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Завтрак**

Каша пшеничная вязкая молочная с маслом сливочным, яйцо вареное, 170/10/48/1шт.	228	11.41	15.23	28.39	292
Чай с сахаром, 200/15	215	0.2	0.05	15.01	57
Батон	037	2.66	0.91	17.8	93
Пирожное песочное глазированное помадкой (Лакомка, 1 шт.)	050	2.2	13.6	32	227

**Двухразовое питание для учащихся с ОВЗ и МОБ - Обед**

Суп крестьянский (крупа пшеничная) со сметаной	250	1.92	5.1	11.99	96
Чай с сахаром и лимоном, 200/15/5	220	0.24	0.05	15.16	59
Хлеб белый	025	1.97	0.2	12.7	60
Перемяч печёный с фаршем из мяса говядины	075	7.26	5.29	19.61	156
<b>Итого по меню Комплекс №6</b>	<b>101-38</b>	<b>28</b>	<b>40</b>	<b>153</b>	<b>1040</b>

Зав. производством: \_\_\_\_\_

Калькулятор: \_\_\_\_\_