



Согласовано:
 Генеральный директор ОАО «Исток»
 Сербич А.М.



Утверждаю:
 Директор МБОУ СОШ № 16
 Багдолова Л.И.
 2025г.

МЕНЮ
 На 12 Марта 2025г
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие для 1-4 классов							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
279	Тефтели 2-ой вариант	1/90	10,69	15,53	15,91	245,63	78-71
331	Соус сметанный 15% жирности	1/30	0,44	1,57	1,87	23,34	2-40
203	Макаронные изделия отварные с маслом	1/150/5	5,40	6,30	36,60	225,0	8-48
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,09	27,08	108,6	8-32
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,5	71,0	1-65
124	Хлеб ржано- пшеничный	1/20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
131	Горошек овощной	1/60	1,86	2,64	3,9	46,8	30-00
	итого	525	21,18	23,96	104,45	712,86	130-79
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/200/5	1,28	3,94	9,20	117,4	10-59
234	Котлеты рыбные любительские	1/90/5	13,32	16,92	10,44	246,6	38-93
302	Каша рассыпчатая пшеничная	1/150	6,58	5,06	41,29	237	6-00
392	Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	15,0	60,0	2-10
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-65
124	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
	итого	715	24,97	26,46	99,03	772,40	60-40

Технолог:

Варданян О.Е.



Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Сербиц А.М.
« 2025г.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 16
Багаинова Л.И.
2025г.

МЕНЮ

На 12 Марта 2025г

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 1-4 классов ОВЗ							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
279	Тефтели 2-ой вариант	1/90	10,69	15,53	15,91	245,63	78-81
331	Соус сметанный 15% жирности	1/30	0,44	1,57	1,87	23,34	2-40
203	Макаронные изделия отварные с маслом	1/150/5	5,40	6,30	36,60	225,0	8-48
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,09	27,08	108,6	8-32
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,30	14,5	71,0	1-65
124	Хлеб ржано- пшеничный	1/20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
131	Горошек овощной	1/60	1,86	2,64	3,9	46,8	30-00
	итого	525	21,18	23,96	104,45	712,86	130-79
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/200/5	1,28	3,94	9,20	117,4	10-59
234	Котлеты рыбные любительские	1/90/5	13,32	16,92	10,44	246,6	38-93
302	Каша рассыпчатая пшеничная	1/150	6,58	5,06	41,29	237	6-00
392	Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	15,0	60,0	2-10
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-65
124	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
	итого	715	24,97	26,46	99,03	772,40	60-40

Технолог:

Барданян О.Е.



МЕНЮ
 На 12 Марта 2025г
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие для 5-11 классов ОВЗ							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
279	Тефтели 2-ой вариант	1/100	11,88	17,26	17,68	272,92	87-43
331	Соус сметанный 15% жирности	1/30	0,9	2,61	3,83	42,5	2-40
203	Макаронные изделия отварные с маслом	1/180/5	6,48	7,56	43,92	270,0	8-80
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,09	27,08	108,6	8-32
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-65
124	Хлеб ржано- пшеничный	1/20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
	итого	585	23,45	26,95	113,54	785,15	109-73
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250/5	1,6	4,93	11,5	96,75	12-84
234	Котлеты рыбные любительские	1/100/5	14,8	18,8	11,6	27,40	41-76
321	Каша рассыпчатая пшеничная	1/180	7,9	6,07	49,55	284,4	7-00
376	Чай с сахаром	1/200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	2-10
124	Хлеб пшеничный	1/30	1,32	0,24	8,6	40,4	1-65
122	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	2,37	0,3	14,5	71,0	1-13
	итого	805	33,82	37,88	155,80	850,82	66-48

Технолог:

Варданян О.Е.



Согласовано:
Генеральный директор ОАО «Исток»
Серби А.М.
2025г.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 16
Варданян О.Е.
2025г.

МЕНЮ
На 12 Марта 2025г
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 5-11 классов СВО							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
279	Тефтели 2-ой вариант	1/100	11,88	17,26	17,68	272,92	87-43
331	Соус сметанный 15% жирности	1/30	0,9	2,61	3,83	42,5	2-40
203	Макаронные изделия отварные с маслом	1/180/5	6,48	7,56	43,92	270,0	8-80
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,09	27,08	108,6	8-32
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-65
124	Хлеб ржано- пшеничный	1/20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
	итого	585	23,45	26,95	113,54	785,15	109-73
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250/5	1,6	4,93	11,5	96,75	12-84
234	Котлеты рыбные любительские	1/100/5	14,8	18,8	11,6	27,40	41-76
321	Каша рассыпчатая пшеничная	1/180	7,9	6,07	49,55	284,4	7-00
376	Чай с сахаром	1/200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	2-10
124	Хлеб пшеничный	1/30	1,32	0,24	8,6	40,4	1-65
122	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	2,37	0,3	14,5	71,0	1-13
	итого	805	33,82	37,88	155,80	850,82	66-48

Технолог:

Варданян О.Е.



Согласовано:
 Генеральный директор ОАО «Исток»
 Сербич А.М.



Утверждаю:
 16
 Директор МБОУ СОШ № 16
 Бауенов Л.Н.
 2025г.

МЕНЮ
 На 12 Марта 2025г
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ							
предварительное накрытие для 5-11 классов							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
279	Тефтели 2-ой вариант	1/100	11,88	17,26	17,68	272,92	87-43
331	Соус сметанный 15% жирности	1/30	0,9	2,61	3,83	42,5	2-40
203	Макаронные изделия отварные с маслом	1/180/5	6,48	7,56	43,92	270,0	8-80
864	Компот из лимонов	1/200	0,08	0,09	27,08	108,6	8-32
122	Хлеб пшеничный	1/30	2,37	0,3	14,5	71,0	1-65
124	Хлеб ржано- пшеничный	1/20	1,32	0,24	8,6	40,4	1-13
	итого	585	23,45	26,95	113,54	785,15	109-73
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
88	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250/5	1,6	4,93	11,5	96,75	12-84
234	Котлеты рыбные любительские	1/100/5	14,8	18,8	11,6	27,40	41-76
321	Каша рассыпчатая пшеничная	1/180	7,9	6,07	49,55	284,4	7-00
376	Чай с сахаром	1/200/15	0,1	0,0	15,0	60,0	2-10
124	Хлеб пшеничный	1/30	1,32	0,24	8,6	40,4	1-65
122	Хлеб ржано-пшеничный	1/20	2,37	0,3	14,5	71,0	1-13
	итого	805	33,82	37,88	155,80	850,82	66-48

Технолог:

Варданян О.Е.