



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

2025г.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 16
« 16.01.2025г. »
2025г.

МЕНЮ

На 23 Января 2025г

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 1-4 класс							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
229	Рыба, тушеная в томате с овощами	1/90/50	12,74	6,72	6,72	138,6	51-99
312	Пюре картофельное	1/150	3,12	5,1	18,57	132,6	18-31
342	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,0	29,0	133,6	6-18
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	540	19,71	12,36	77,39	516,20	79-26
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
103	Суп картофельный с макаронами изделиями	1/200	2,12	2,22	19,38	106,0	8-00
290	Птица тушеная в соусе сметанном 15% жирности	1/90/30	18,9	23,94	5,32	312,2	68-38
302	Каша рассыпчатая пшеничная	1/150	6,58	5,06	41,29	237,0	6-00
377	Чай с лимоном	1/200/15/7	2,0	0,0	16,0	65,0	4-54
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
700	Овощи отварные (морковь)	1/60	0,43	1,14	1,18	14,58	5-34
	ИТОГО	802	33,29	31,76	105,09	831,60	95-04

Технолог:

Варданын О.Е.



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



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 16
» 2025г.

МЕНЮ
На 23 Января 2025г
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 1-4 класс ОВЗ							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	1/90/50	12,74	6,72	6,72	138,6	51-99
312	Пюре картофельное	1/150	3,12	5,1	18,57	132,6	18-31
342	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,0	29,0	133,6	6-18
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	540	19,71	12,36	77,39	516,20	79-26
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
103	Суп картофельный с макаронами изделиями	1/200	2,12	2,22	19,38	106,0	8-00
290	Птица тушенная в соусе сметанном 15% жирности	1/90/30	18,9	23,94	5,32	312,2	68-38
302	Каша рассыпчатая пшеничная	1/150	6,58	5,06	41,29	237,0	6-00
377	Чай с лимоном	1/200/15/7	2,0	0,0	16,0	65,0	4-54
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
700	Овощи отварные (морковь)	1/60	0,43	1,14	1,18	14,58	5-34
	ИТОГО	802	33,29	31,76	105,09	831,60	95-04

Технолог:

Варданын О.Е.

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



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 16
2025г.

МЕНЮ
На 23 Января 2025г
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 5 -11 класс ОВЗ							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	1/100/50	14,16	7,47	7,47	154,0	55-71
312	Пюре картофельное	1/180	3,74	6,12	22,28	159,12	20-00
342	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,0	29,0	133,6	6-18
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	580	21,75	14,13	81,85	558,12	84-67
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
103	Суп картофельный с макаронами изделиями	1/250	2,65	2,78	24,23	132,5	10-00
290	Птица тушенная в соусе сметанном 15%	1/100/50	20,25	25,65	5,7	334,5	71-66
302	Каша рассыпчатая пшеничная	1/180	7,9	6,07	49,55	284,4	7-00
377	Чай с лимоном	1/200/ 15/7	2,0	0,0	16,0	65,0	4-54
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	852	41,67	40,39	142,18	1091,05	95-98

Технолог:

Варданян О.Е.

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

« 16 » _____ 2025г.



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ №

« 16 » _____ 2025г.



МЕНЮ

На 23 Января 2025г

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 5-11 классов СВО							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	1/100/50	14,16	7,47	7,47	154,0	55-71
312	Пюре картофельное	1/180	3,74	6,12	22,28	159,12	20-00
342	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,0	29,0	133,6	6-18
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	580	21,75	14,13	81,85	558,12	84-67
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
103	Суп картофельный с макаронами изделиями	1/250	2,65	2,78	24,23	132,5	10-00
290	Птица тушенная в соусе сметанном 15%	1/100/50	20,25	25,65	5,7	334,5	71-66
302	Каша рассыпчатая пшеничная	1/180	7,9	6,07	49,55	284,4	7-00
377	Чай с лимоном	1/200/ 15/7	2,0	0,0	16,0	65,0	4-54
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	852	41,67	40,39	142,18	1091,05	95-98

Технолог:

Варданян О.Е.



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



Утверждаю:
Директор МБОУ СОШ № 16
Богданов П.Н.
» 2025г.

МЕНЮ
На 23 Января 2025г
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!

№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
ОРГАНИЗОВАННОЕ ПИТАНИЕ предварительное накрытие для 5-11 классов							
ГОРЯЧИЙ ЗАВТРАК							
229	Рыба, тушенная в томате с овощами	1/100/50	14,16	7,47	7,47	154,0	55-71
312	Пюре картофельное	1/180	3,74	6,12	22,28	159,12	20-00
342	Компот из свежих плодов	1/200	0,16	0,0	29,0	133,6	6-18
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	580	21,75	14,13	81,85	558,12	84-67
ГОРЯЧИЙ ОБЕД							
№	Наименование блюда	Вес, гр	Белки	Жиры	Углеводы	К/кал	Цена
103	Суп картофельный с макаронами изделиями	1/250	2,65	2,78	24,23	132,5	10-00
290	Птица тушенная в соусе сметанном 15%	1/100/50	20,25	25,65	5,7	334,5	71-66
302	Каша рассыпчатая пшеничная	1/180	7,9	6,07	49,55	284,4	7-00
377	Чай с лимоном	1/200/ 15/7	2,0	0,0	16,0	65,0	4-54
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	852	41,67	40,39	142,18	1091,05	95-98

Технолог:

Варданян О.Е.