

Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ № 19» НГО



МЕНЮ

по типу завтраков для детей, обучающихся в 1-4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов) по столовой МАОУ «СОШ № 19» НГО на 11-15 октября 2021г.

Вариант 1

| Наименование блюд и изделий | № рецепт. | выход | Б | Ж | У | Ккал |
|---|-----------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| 11 октября 2021г до 12:00 | | | | | | |
| Понедельник | | | | | | |
| Макаронные изделия с сыром, маслом | 333 | 180/10/10 | 15,56 | 15,2 | 26,4 | 283 |
| Кукуруза конс. терм. обр. | | 50 | 0,32 | 0,96 | 1,56 | 34,8 |
| Чай с сахаром | 685 | 200 | 0,06 | 0,02 | 13,5 | 54,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен. | | 20/30 | 4,7 | 0,65 | 21,15 | 147,54 |
| Молоко | | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112,0 |
| Стоимость рациона: | | 70,00 | | | | |
| 12 октября 2021г до 12:00 | | | | | | |
| Вторник | | | | | | |
| Сыр твердый | | 15 | 3,9 | 3,99 | - | 51,5 |
| Каша молочная овсяная с маслом | 311 | 200/10 | 11,83 | 13,75 | 36,36 | 269,18 |
| Чай с сахаром | 685 | 200 | 0,06 | 0,02 | 13,5 | 54,0 |
| Хлеб ржано-пшенич/Хлеб пшенич. | | 15/30 | 3,21 | 0,465 | 7,86 | 104,6 |
| Кондитерское изделие | | 1 шт. | 2,55 | 3,39 | 20,91 | 124,35 |
| Молоко | | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112,0 |
| Стоимость рациона: | | 70,00 | | | | |
| 13 октября 2021г до 12:00 | | | | | | |
| Среда | | | | | | |
| Вареники с творогом п/ф отвар., маслом | 357 | 200/10 | 15,5 | 13,3 | 37,14 | 335,09 |
| Кофейный напиток | 692 | 200 | 0,24 | 2,4 | 16,28 | 139,68 |
| Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен. | | 20/30 | 4,7 | 0,65 | 21,15 | 147,54 |
| Снежок | | 200 | 5,2 | 5,0 | 22,0 | 154,0 |
| Стоимость рациона: | | 70,00 | | | | |
| 14 октября 2021г до 12:00 | | | | | | |
| Четверг | | | | | | |
| Запеканка рисовая с творогом, мол.. соус. | 253 | 150/10 | 13,41 | 16,69 | 20,82 | 268,76 |
| Какао на молоке | 693 | 200 | 2,4 | 1,6 | 23,4 | 112,5 |
| Батон | | 40 | 2,63 | 0,33 | 0,5 | 77,93 |
| Фрукт консервированный | | 100 | 0,2 | 0 | 29,2 | 115 |
| Молоко | | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112,0 |
| Стоимость рациона: | | 70,00 | | | | |
| 15 октября 2021г до 12:00 | | | | | | |
| Пятница | | | | | | |
| Биточки рыбные | 389 | 80 | 12,9 | 14,2 | 10,3 | 222 |
| Гороховое пюре | 108 | 150 | 5,66 | 9,66 | 31,22 | 233,8 |
| Огурец консервированный | | 20 | 0 | 0 | 0,6 | 2,4 |
| Чай с сахаром, лимоном | 686 | 200 | 0,3 | 0,04 | 10,2 | 60,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен. | | 20/30 | 4,7 | 0,65 | 21,15 | 147,54 |
| Йогурт | | 200 | 5,8 | 5,0 | 24 | 166,0 |
| Стоимость рациона: | | 70,00 | | | | |

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

кач
Олеф

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ № 19» НГО



Утверждаю:
 ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

по типу завтраков для детей, обучающихся в 1-4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов) по столовой МАОУ «СОШ № 19» НГО на 11-15 октября 2021г.

Вариант 2

| Наименование блюд и изделий | № рецепт. | выход | Б | Ж | У | Ккал |
|---------------------------------------|-----------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| 11 октября 2021г до 12:00 | | | | | | |
| Понедельник | | | | | | |
| Тефтели рыбные с соусом | 394 | 80 | 10,61 | 11,44 | 29,41 | 142 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 297 | 150 | 10,1 | 6,3 | 41,7 | 268 |
| Икра кабачковая | | 25 | 0,42 | 1,62 | 1,9 | 27,4 |
| Чай с сахаром, лимоном | 686 | 200 | 0,3 | 0,04 | 10,2 | 60,0 |
| Хлеб ржаной- пшеничный/ Хлеб | | 15/30 | 3,21 | 0,46 | 7,86 | 104,62 |
| Молоко | | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112 |
| Стоимость рациона: | | 70,00 | | | | |
| 12 октября 2021г до 12:00 | | | | | | |
| Вторник | | | | | | |
| Сыр твердый | | 15 | 3,9 | 3,99 | - | 51,5 |
| Каша молочная манная с маслом | 311 | 200/10 | 11,83 | 13,75 | 42,3 | 271,0 |
| Чай с сахаром | 685 | 200 | 0,06 | 0,02 | 13,5 | 54,0 |
| Батон нарезной | | 50 | 6,58 | 0,83 | 1,25 | 194,83 |
| Кондитерское изделие | | 30 | 2,55 | 3,39 | 20,91 | 124,35 |
| Молоко | | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112 |
| Стоимость рациона: | | 70,00 | | | | |
| 13 октября 2021г до 12:00 | | | | | | |
| Среда | | | | | | |
| Омлет с маслом | 340 | 200/10 | 15,5 | 13,3 | 37,14 | 335,09 |
| Кукуруза конс. терм. обр. | | 50 | 0,32 | 0,96 | 1,56 | 34,8 |
| Кофейный напиток | 692 | 200 | 0,24 | 2,4 | 16,28 | 139,68 |
| Хлеб ржано-пшеничн./ Хлеб пшеничн. | | 15/30 | 3,21 | 0,46 | 7,86 | 104,62 |
| Снежок | | 200 | 5,2 | 5,0 | 22,0 | 154,0 |
| Стоимость рациона: | | 70,00 | | | | |
| 14 октября 2021г до 12:00 | | | | | | |
| Четверг | | | | | | |
| Сыр твердый | | 15 | 3,9 | 3,99 | - | 51,5 |
| Каша «Дружба» молочная с маслом | 311 | 150/10 | 13,41 | 16,69 | 20,82 | 304,6 |
| Чай с сахаром | 685 | 200 | 0,06 | 0,02 | 13,5 | 54,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 |
| Фрукт консервированный | | 100 | 0,2 | - | 29,2 | 115,0 |
| Молоко | | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112 |
| Стоимость рациона: | | 70,00 | | | | |
| 15 октября 2021г до 12:00 | | | | | | |
| Пятница | | | | | | |
| Тефтели мясные | 464 | 80 | 11,3 | 9,3 | 9,7 | 168 |
| Макаронные изд. отв. | 332 | 150 | 5,1 | 7,5 | 28,5 | 202,8 |
| Огурец консервированный | | 20 | - | - | 0,6 | 2,4 |
| Компот из смеси сухофруктов гор. виде | 639 | 200 | 1,04 | 0,27 | 42,53 | 176,7 |
| Хлеб ржано-пшеничный/ Хлеб пшеничн. | | 20/30 | 4,7 | 0,65 | 21,15 | 147,54 |
| Йогурт | | 200 | 5,8 | 5,0 | 24,0 | 166,0 |

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ № 19» НГО



МЕНЮ

по типу завтраков и обедов для детей с ОВЗ и детей-инвалидов, обучающихся в 1-4 классах по столовой МАОУ «СОШ № 19» НГО на 11-15 октября 2021г.

Вариант 1

| Наименование блюд и изделий | № рецепт. | выход | Наименование блюд и изделий | № рецепт. | ВЫХОД |
|---------------------------------|--------------|-----------|------------------------------------|--------------|---------------|
| 11 октября 2021г | | | | | |
| Завтрак понедельник | | | Обед понедельник | | |
| Макаронные изд. с сыром, масл. | 333 | 180/10/10 | Суп овощной со сметаной | 135 | 200/10 |
| Кукуруза консервированная | | 50 | Тефтели мясные | 461 | 80 |
| Чай с сахаром | 685 | 200 | Рис отварной | 511 | 150 |
| Хлеб ржано-пшен./Хлеб пшен. | | 20/30 | Огурец, консервированный | | 30 |
| | | | Компот из св/мороженых ягод | 635 | 180 |
| | | | Хлеб ржано-пшен./Хлеб пшен. | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 125,00 |
| 12 октября 2021г | | | | | |
| Завтрак (вторник) | | | Обед (вторник) | | |
| Сыр твердый | | 15 | Рассольник по-домашнему | 131 | 200/10 |
| Каша овсяная молочная с маслом | 311 | 200/10 | Котлеты рыбные «Любительские» | 388 | 80 |
| Чай с сахаром | 685 | 200 | Картофельное пюре | 520 | 150 |
| Хлеб ржано-пшен./Хлеб пшен. | | 15/30 | Зел. горошек терм. обр. | 530 | 40 |
| Кондитерское изделие | | 1 шт. | Сок | | 180 |
| | | | Хлеб ржано-пшен./Хлеб пшен. | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 125,00 |
| 13 октября 2021г | | | | | |
| Завтрак (среда) | | | Обед (среда) | | |
| Вареники с творогом п/ф маслом | 357 | 200/10 | Суп карт. с рыбными консервами | 138 | 200 |
| Кофейный напиток | 692 | 200 | Котлета мясная запеченная | 453 | 80 |
| Хлеб ржано-пшен./Хлеб пшен. | | 20/30 | Каша гречневая рассыпчатая | 297 | 150 |
| | | | Морковь тушеная | 524 | 40 |
| | | | Напиток из шиповника | 705 | 180 |
| | | | Хлеб ржано-пшен./Хлеб пшен. | | 20/30 |
| Снежок | | 200 | Стоимость рациона: | | 125,00 |
| 14 октября 2021г | | | | | |
| Завтрак (четверг) | | | Обед (четверг) | | |
| Зап. рис. с творогом, мол соус. | 253 | 150/10 | Борщ с картофелем, св. кап., смет. | 110 | 200/10 |
| Какао с молоком | 693 | 200 | Биточки мясные паровые | 451 | 80 |
| Батон | | 40 | Макаронные изд. отварные | 332 | 150 |
| Фрукт консервированный | | 100 | Икра кабачковая | | 30 |
| | | | Компот из изюма | 638 | 180 |
| | | | Хлеб ржано-пшен./Хлеб пшен. | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 125,00 |
| 15 октября 2021г | | | | | |
| Завтрак (пятница) | | | Обед (пятница) | | |
| Биточки рыбные | 389 | 80 | Щи из свежей капусты, сметана | 124 | 200/10 |
| Гороховое пюре | 108 | 150 | Жаркое по-домашнему | 436 | 200 |
| Огурец консервированный | | 20 | Смесь мексиканская б/з | ТТК | 40 |
| Чай с сахаром, лимоном | 686 | 200 | Кисель из концентрата | 648 | 200 |
| Хлеб ржано-пшен./Хлеб пшен. | | 20/30 | Хлеб ржано-пшен./Хлеб пшен. | | 20/30 |
| Йогурт | | 200 | Стоимость рациона: | | 125,00 |

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Маг
Дев

Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ № 19» НГО



Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

по типу завтраков и обедов для детей с ОВЗ и детей-инвалидов, обучающихся в 1-4 классах по столовой МАОУ «СОШ № 19» НГО на 11-15 октября 2021г.

Вариант 2

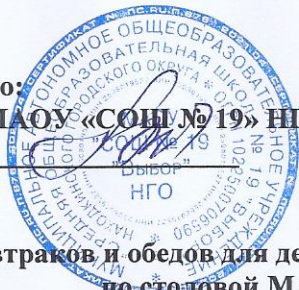
| Наименование блюд и изделий | № рецепт. | ВЫХОД | Наименование блюд и изделий | № рецепт. | ВЫХОД |
|-------------------------------------|-----------|--------|------------------------------------|-----------|---------------|
| 11 октября 2021г Понедельник | | | | | |
| Завтрак | | | Обед | | |
| Тефтели рыбные с соусом | 394 | 80 | Суп овощной со сметаной | 135 | 200/10 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 297 | 150 | Оладьи из печени | 468 | 80 |
| Икра кабачковая | | 25 | Макаронные изд. отварные | 332 | 150 |
| Чай с сахаром, лимоном | 686 | 200 | Свекла тушеная | 220 | 30 |
| Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб | | 15/30 | Компот из сухофруктов | 639 | 180 |
| | | | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 125,00 |
| 12 октября 2021г Вторник | | | | | |
| Завтрак | | | Обед | | |
| Сыр твердый | | 15 | Рассольник по-домашнему, смет. | 131 | 200/10 |
| Каша манная молочная с маслом | 311 | 200/10 | Тефтели мясные | 461 | 80 |
| Чай с сахаром | 685 | 200 | Рис припущенный | 297 | 150 |
| Батон нарезной | | 50 | Капуста цв. б/з тушеная | ТТК-5 | 40 |
| Кондитерское изделие | | 30 | Компот из ягод б/з | 635 | 180 |
| | | | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 125,00 |
| 13 октября 2021г среда | | | | | |
| Завтрак | | | Обед | | |
| Омлет с маслом | 340 | 200/10 | Суп карт. с рыбными консервами | 138 | 200 |
| Кукуруза конс. терм. обр. | | 50 | Рыба тушеная с овощами | 374 | 80 |
| Кофейный напиток | 692 | 200 | Гороховое пюре | 108 | 150 |
| Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб | | 15/30 | Огурец соленый | | 40 |
| | | | Компот из смеси с/ф-тов, шип. | ТТК-3 | 180 |
| | | | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный | | 20/30 |
| Снежок | | 200 | Стоимость рациона: | | 125,00 |
| 14 октября 2021г четверг | | | | | |
| Завтрак | | | Обед | | |
| Сыр твердый | | 15 | Борщ с картофелем, св. кап., смет. | 110 | 200/10 |
| Каша «Дружба» молочная с мас. | 311 | 150/10 | Жаркое по-домашнему | 436 | 200 |
| Чай с сахаром | 685 | 200 | Морковь тушеная | 524 | 60 |
| Хлеб ржано-пшеничный | | 30 | Компот из изюма | 638 | 200 |
| Фрукт консервированный | | 100 | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 125,00 |
| 15 октября 2021г пятница | | | | | |
| Завтрак | | | Обед | | |
| Тефтели мясные с соусом | 464 | 80 | Щи из св. капусты, сметана | 124 | 200/10 |
| Макаронные изд. отв. | 332 | 150 | Куры тушеные | 488 | 80 |
| Огурец соленый | | 20 | Каша гречневая рассыпчатая | 297 | 150 |
| Компот из смеси с/ф-тов гор. виде | 639 | 200 | Гарнир «Ассорти» | ТТК-4 | 40 |
| Хлеб ржано-пшен./Хлеб пшен. | | 20/30 | Компот из ягод б/з | 635 | 180 |
| | | | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный | | 20/30 |
| Йогурт | | 200 | Стоимость рациона: | | 125,00 |

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signatures in blue ink.

Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ № 19» НГО



Утверждаю
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

по типу завтраков и обедов для детей с ОВЗ и детей-инвалидов, обучающихся в 5-11 классах по столовой МАОУ «СОШ № 19» НГО на 11-15 октября 2021г.

Вариант 1

| Наименование блюд и изделий | выход | Наименование блюд и изделий | выход |
|--|-----------|--------------------------------------|---------------|
| 11 октября 2021г | | | |
| Завтрак понедельник | | Обед понедельник | |
| Макаронные изделия с сыром, маслом | 230/10/10 | Суп овощной со сметаной | 200/10 |
| Кукуруза кос. терм. обр. | 50 | Тефтели мясные | 100 |
| Чай с сахаром | 200 | Рис отварной | 180 |
| Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен | 20/30 | Огурец, консервированный | 30 |
| | | Компот из св/мороженных ягод | 200 |
| | | Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный | 20/30 |
| | | Стоимость рациона: | 125,00 |
| 12 октября 2021г | | | |
| Завтрак (вторник) | | Обед (вторник) | |
| Сыр твердый | 15 | Рассольник по-домашнему, сметана | 200/10 |
| Каша овсяная молочная с маслом | 250/10 | Котлеты рыбные «Любительские» | 100 |
| Чай с сахаром | 200 | Картофельное пюре | 180 |
| Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен | 15/30 | Зеленый горошек терм. обр. | 40 |
| Кондитерское изделие | 1 шт. | Сок | 200 |
| | | Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный | 20/30 |
| | | Стоимость рациона: | 125,00 |
| 13 октября 2021г | | | |
| Завтрак (среда) | | Обед (среда) | |
| Вареники с творогом п/ф отв. с маслом | 230/10 | Суп карт. с рыбными консервами | 200/10 |
| Кофейный напиток | 200 | Котлета мясная запеченная | 100 |
| Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен | 20/30 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 |
| | | Морковь тушеная | 40 |
| | | Напиток из шиповника | 200 |
| | | Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный | 20/30 |
| | | Стоимость рациона: | 125,00 |
| 14 октября 2021г | | | |
| Завтрак (четверг) | | Обед (четверг) | |
| | | Борщ с картофелем, св. кап., сметана | 200/10 |
| Запеканка рисовая с творогом, мол. соус. | 180/20 | Биточки мясные паровые | 100 |
| Какао с молоком | 200 | Макаронные изд. отварные | 180 |
| Батон | 50 | Икра кабачковая | 30 |
| Фрукт консервированный | 100 | Компот из изюма | 200 |
| | | Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный | 20/30 |
| | | Стоимость рациона: | 125,00 |
| 15 октября 2021г | | | |
| Завтрак (пятница) | | Обед (пятница) | |
| Биточки рыбные | 100 | Щи из свежей капусты, сметана | 250 |
| Гороховое пюре | 180 | Жаркое по-домашнему | 250 |
| Огурец консервированный | 20 | Смесь мексиканская б/з | 40 |
| Чай с сахаром, лимоном | 200 | Кисель из концентрата | 200 |
| Хлеб ржано- пшеничный/Хлеб пшен. | 20/30 | Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный | 20/30 |
| | | Стоимость рациона: | 125,00 |

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Маг
Евф

Согласовано
 Директор МАОУ «СОШ № 19» НГО



МЕНЮ

по типу завтраков и обедов для детей с ОВЗ и детей-инвалидов, обучающихся в 5-11 классах по столовой МАОУ «СОШ № 19» НГО на 11-15 октября 2021г.

Вариант 2

| Наименование блюд и изделий | выход | Наименование блюд и изделий | выход |
|---|--------|-----------------------------------|---------------|
| 11 октября 2021г Понедельник | | | |
| Завтрак | | Обед | |
| Тефтели рыбные в соусе | 100 | Суп овощной со сметаной | 250 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | Оладьи из печени | 100 |
| Икра кабачковая терм. обр. | 25 | Макаронные изд. отварные | 180 |
| Чай с сахаром, лимоном | 200 | Свекла тушеная | 40 |
| Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен | 15/30 | Компот из сухофруктов | 180 |
| | | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный | 20/30 |
| | | Стоимость рациона: | 125,00 |
| 12 октября 2021г Вторник | | | |
| Завтрак | | Обед | |
| Сыр твердый | 15 | Рассольник по-домашнему | 250 |
| Каша манная молочная с маслом | 250/5 | Тефтели мясные | 100 |
| Чай с сахаром | 200 | Рис припущенный | 180 |
| Батон нарезной | 50 | Капуста цв. б/з тушеная | 40 |
| Кондитерское изд. | 30 | Компот из ягод б/з | 180 |
| | | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный | 20/30 |
| | | Стоимость рациона: | 125,00 |
| 13 октября 2021г 2021г среда | | | |
| Завтрак | | Обед | |
| Омлет с маслом | 230/10 | Суп карт. с рыбными консервами | 250 |
| Кукуруза консервирован. терм. обр. | 60 | Рыба тушеная с овощами | 100 |
| Кофейный напиток | 200 | Гороховое пюре | 180 |
| Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшенич | 20/30 | Огурец соленый | 40 |
| | | Напиток из сухофруктов, шиповника | 180 |
| | | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный | 20/30 |
| | | Стоимость рациона: | 125,00 |
| 14 октября 2021г 2021г четверг | | | |
| Завтрак | | Обед | |
| Сыр твердый | 15 | Борщ с картофелем, св. кап. | 250 |
| Каша «Дружба» молочная с маслом | 200/5 | Жаркое по-домашнему | 250 |
| Чай с сахаром | 200 | Морковь тушеная | 50 |
| Хлеб ржано- пшеничный | 30 | Компот из изюма | 200 |
| Фрукт консервированный | 100 | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный | 20/30 |
| | | Стоимость рациона: | 125,00 |
| 15 октября 2021г пятница | | | |
| Завтрак | | Обед | |
| Тефтели мясные в соусе | 100 | Щи из св. кап. | 250 |
| Макаронные изд. отварные | 180 | Куры тушеные | 100 |
| Огурец соленый | 20 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 |
| Компот из смеси сухофруктов в гор. виде | 200 | Гарнир «Ассорти» | 40 |
| Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничн. | 20/30 | Компот из ягод б/з | 200 |
| | | Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный | 20/30 |
| | | Стоимость рациона: | 125,00 |

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signatures:
 Мау
 Девел

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ № 19» НГО



Подтверждаю:
 ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ

по типу обедов для обучающихся 5-11 классов из многодетных семей и семей, имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума, установленной в Приморском крае; из семей, находящихся в социально опасном положении; детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (дети под опекой и в приемных семьях); из числа семей, относящихся к коренным народам Севера, Сибири и Дальнего Востока РФ по столовой МАОУ СОШ № 19» НГО на 11-15 октября 2021г.

Вариант 1

| Наименование блюд и изделий | выход | Б | Ж | У | Ккал |
|---------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| 11 октября 2021г с 12:00 | | | | | |
| Понедельник | | | | | |
| Суп овощной со сметаной | 200/10 | 1,82 | 1,86 | 9,0 | 60,0 |
| Тефтели мясные | 100 | 19,91 | 18,83 | 26,33 | 299,0 |
| Рис припущенный | 180 | 4,38 | 6,44 | 44,01 | 251,64 |
| Огурец соленый | 30 | 0 | 0 | 0,9 | 3,6 |
| Компот из св/мороженных ягод | 200 | 0,13 | 0,07 | 22,0 | 103,14 |
| Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | 70,00 | | | | |
| 12 октября 2021г с 12:00 | | | | | |
| Вторник | | | | | |
| Рассольник по-домашнему со сметаной | 200/10 | 1,61 | 4,07 | 39,58 | 185,8 |
| Котлеты рыбные «Любительские» | 100 | 15,25 | 10 | 14,79 | 192,5 |
| Картофельное пюре | 180 | 6,07 | 22,56 | 48,52 | 284,7 |
| Зеленый горошек терм. обр. | 40 | 1,8 | 0,28 | 4,38 | 48,55 |
| Сок | 200 | 1,78 | 0,2 | 5,8 | 33,0 |
| Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | 70,00 | | | | |
| 13 октября 2021г с 12:00 | | | | | |
| Среда | | | | | |
| Суп картофельный с рыбными консервами | 10/200 | 4,09 | 6,95 | 21,02 | 135,05 |
| Котлеты мясные запеченные | 100 | 12,97 | 10,02 | 48,93 | 202,5 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 8,9 | 4,1 | 39,84 | 231,86 |
| Морковь тушеная | 40 | 1,4 | 5,56 | 6,5 | 87,6 |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,68 | 0,27 | 18,75 | 88,2 |
| Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | 70,00 | | | | |
| 14 октября 2021г с 12:00 | | | | | |
| Четверг | | | | | |
| Борщ с картофелем, св. кап., сметаной | 200/10 | 1,84 | 4,09 | 9,33 | 102,2 |
| Биточки мясные паровые | 100 | 10,2 | 13,6 | 4,75 | 112,2 |
| Макаронные изд. отварные | 180 | 6,12 | 9 | 34,2 | 242,28 |
| Икра кабачковая | 30 | 3,0 | 6,08 | 5,57 | 88,08 |
| Компот из изюма | 200 | 1,16 | 0,3 | 47,25 | 196,33 |
| Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | 70,00 | | | | |
| 15 октября 2021г с 12:00 | | | | | |
| Пятница | | | | | |
| Щи с карт. св. кап. сметаной | 250 | 1,42 | 3,96 | 6,32 | 71,8 |
| Жаркое по-домашнему | 250 | 25,96 | 26,94 | 64,53 | 502,0 |
| Смесь Мексиканская б/з | 40 | 2,7 | 3,4 | 5,01 | 78,82 |
| Кисель | 200 | 0,23 | 0,11 | 35,75 | 145 |
| Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |

Бухгалтер _____ *наз*

Повар-бригадир _____ *Сред*

Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ № 19» НГО



МЕНЮ

для обучающихся 5-11 классов из многодетных семей и семей, имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума, установленной в Приморском крае; из семей, находящихся в социально опасном положении; детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (дети под опекой и в приемных семьях); из числа семей, относящихся к коренным народам Севера, Сибири и Дальнего Востока РФ

по столовой МАОУ «СОШ № 19» НГО на 11-15 октября 2021г.

Вариант 2

| Наименование блюд и изделий | выход | Б | Ж | У | Ккал |
|---------------------------------------|--------------|--------|-------|-------|--------|
| 11 октября 2021г с 12:00 | | | | | |
| Понедельник | | | | | |
| Суп овощной со сметаной | 250 | 1,82 | 1,86 | 9,0 | 60,0 |
| Оладьи из печени | 100 | 19,25 | 19,87 | 14,87 | 237,5 |
| Макаронные изд. отварные | 180 | 6,12 | 9 | 34,25 | 242,28 |
| Свекла тушеная | 40 | 1,76 | 1,67 | 3,18 | 34,33 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 1,04 | 0,27 | 42,53 | 176,7 |
| Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | 70,00 | | | | |
| 12 октября 2021г с 12:00 | | | | | |
| Вторник | | | | | |
| Рассольник по-домашнему | 250 | 1,61 | 4,07 | 39,58 | 185,8 |
| Тефтели мясные | 100 | 14,13 | 11,62 | 12,13 | 210,0 |
| Рис припущенный | 180 | 5,65 | 6,37 | 46,68 | 259,7 |
| Капуста цв. б/з тушеная | 40 | 0,42 | 1,62 | 2,94 | 27,42 |
| Компот из ягод б/з | 180 | 0,13 | 0,07 | 22,0 | 103,14 |
| Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | 70,00 | | | | |
| 13 октября 2021г с 12:00 | | | | | |
| Среда | | | | | |
| Суп картофельный с рыбными консервами | 250 | 4,09 | 6,95 | 21,02 | 135,05 |
| Рыба тушеная с овощами | 100 | 13,36 | 6,36 | 19,36 | 225,25 |
| Гороховое пюре | 180 | 6,12 | 19,0 | 34,2 | 242,28 |
| Огурец соленый | 40 | 0 | 0 | 1,2 | 4,8 |
| Напиток из сухофруктов, шиповника | 180 | 1,04 | 0,27 | 42,53 | 176,7 |
| Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | 70,00 | | | | |
| 14 октября 2021г с 12:00 | | | | | |
| Четверг | | | | | |
| Борщ с картофелем, св. кап., | 250 | 1,84 | 4,09 | 9,33 | 102,2 |
| Жаркое по-домашнему | 250 | 19,758 | 21,48 | 69,66 | 445,65 |
| Морковь тушеная | 50 | 1,4 | 5,56 | 6,5 | 87,6 |
| Компот из изюма | 200 | 1,16 | 0,3 | 47,25 | 196,33 |
| Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | 70,00 | | | | |
| 15 октября 2021г с 12:00 | | | | | |
| Пятница | | | | | |
| Щи со св. капустой | 250 | 1,76 | 4,95 | 7,9 | 89,75 |
| Куры тушеные | 100 | 21,58 | 19,36 | 47,46 | 352,94 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 8,9 | 4,1 | 39,84 | 231,86 |
| Гарнир «Ассорти» | 40 | 0,93 | 3,7 | 4,33 | 58,4 |
| Компот из ягод б/з | 200 | 0,13 | 0,07 | 22,0 | 103,14 |
| Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | 70,00 | | | | |

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано
 Директор МАОУ «СОШ № 19» НГО



МЕНЮ
 обедов для обучающихся 1-4 классов
 по столовой МАОУ «СОШ № 19» НГО на 11-15 октября 2021г.

| Наименование блюд и изделий | выход | цена | Б | Ж | У | Ккал |
|---|-----------|-------|--------|-------|-------|--------|
| 11 октября 2021г | | | | | | |
| Понедельник | | | | | | |
| Суп овощной, гов. отв., смет. | 200/10/10 | 40,00 | 1,86 | 1,9 | 9,2 | 69,5 |
| Тефтели мясные в соусе | 80/50 | 65,00 | 15,936 | 17,47 | 21,07 | 239,2 |
| Колбасные изделия отварные | 80 | 50,00 | 7,52 | 10,0 | 0,64 | 40,64 |
| Рис отварной с маслом | 150/5 | 25,00 | 3,67 | 5,42 | 36,67 | 210,11 |
| Огурец консервированный | 60 | 20,00 | 0,84 | 3,24 | 5,88 | 54,84 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 15,00 | 1,04 | 0,27 | 42,53 | 176,7 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |
| 12 октября 2021г | | | | | | |
| Вторник | | | | | | |
| Рассольник по-домашнему, гов. отв., см | 200/10/5 | 40,00 | 1,61 | 4,07 | 39,58 | 185,8 |
| Оладьи из печени | 80 | 50,00 | 15,4 | 15,9 | 11,9 | 190,0 |
| Котлеты рыбные | 80 | 45,00 | 12,2 | 8,0 | 11,83 | 154,0 |
| Картофельное пюре с маслом | 150/5 | 35,00 | 5,06 | 14,8 | 40,43 | 237,25 |
| Цв капуста б/з тушеная с овощами | 60 | 25,00 | 2,58 | 1,17 | 5,67 | 40,5 |
| Компот из ягод б/з | 200 | 15,00 | 0,13 | 0,07 | 22,0 | 103,14 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |
| 13 октября 2021г | | | | | | |
| Среда | | | | | | |
| Суп карт. с рыб. консервами | 200/15 | 35,00 | 4,09 | 6,95 | 21,02 | 135,05 |
| Рыба тушеная с овощами | 80 | 60,00 | 12,12 | 10,9 | 5,5 | 80,9 |
| Котлеты мясные запеченные | 80 | 65,00 | 10,38 | 8,02 | 39,15 | 162,0 |
| Каша гречневая с маслом | 150/5 | 25,00 | 8,9 | 4,1 | 39,84 | 231,86 |
| Морковь тушеная | 60 | 25,00 | 1,05 | 4,17 | 4,9 | 65,7 |
| Компот из сухофруктов, шиповника | 200 | 15,00 | 0,4 | 0,27 | 0,7 | 72,8 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |
| 14 октября 2021г | | | | | | |
| Четверг | | | | | | |
| Борщ с карт., капустой, гов. отв., сметаной | 200/10/5 | 40,00 | 1,84 | 4,09 | 9,33 | 102,2 |
| Биточки мясные паровые | 80 | 65,00 | 8,16 | 10,88 | 3,8 | 89,76 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 150/5 | 20,00 | 5,1 | 7,5 | 28,5 | 201,9 |
| Икра кабачковая | 60 | 20,00 | 3,0 | 6,08 | 5,57 | 88,08 |
| Компот из изюма | 200 | 15,00 | 1,16 | 0,3 | 27,26 | 96,38 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |
| 15 октября 2021г | | | | | | |
| Пятница | | | | | | |
| Щи из св. капусты со сметаной | 200/10 | 40,00 | 1,41 | 3,96 | 6,32 | 71,8 |
| Жаркое по-домашнему | 200 | 75,00 | 15,8 | 17,18 | 55,73 | 356,52 |
| Куры тушеные | 80 | 65,00 | 20,6 | 11,8 | 45,3 | 336,9 |
| Каша гречневая с маслом | 150/5 | 25,00 | 8,9 | 4,1 | 39,84 | 231,86 |
| Смесь мексиканская б/з тушеная | 60 | 25,00 | 0,8 | 1,56 | 2,76 | 27,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 5,00 | 0,06 | 0,018 | 13,5 | 54,0 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signatures:
 [Signature] [Signature]

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ № 19» НГО



Утверждаю:
 ИШ Козырева Е.В.



МЕНЮ

обедов для обучающихся 5-11 классов
 по столовой МАОУ «СОШ № 19» НГО на 11-15 октября 2021г.

| Наименование блюд и изделий | выход | цена | Б | Ж | У | Ккал |
|---|----------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 11 октября 2021г | | | | | | |
| Понедельник | | | | | | |
| Суп овощной, гов. отв., смет. | 250/10/5 | 40,00 | 2,28 | 2,33 | 11,25 | 85,3 |
| Тефтели мясные в соусе | 100 | 81,00 | 19,91 | 18,83 | 26,33 | 299,0 |
| Колбасные изделия отварные | 100 | 55,00 | 9,4 | 12,5 | 0,8 | 50,8 |
| Рис отварной с маслом | 180/5 | 30,00 | 4,38 | 6,44 | 44,01 | 251,64 |
| Огурец консервированный | 80 | 27,00 | 0 | 0 | 2,4 | 9,6 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 15,00 | 1,04 | 0,27 | 42,53 | 176,7 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |
| 12 октября 2021г | | | | | | |
| Вторник | | | | | | |
| Рассольник по-домашнему, гов. отв., см | 250/10/5 | 40,00 | 1,85 | 4,5 | 19,88 | 116,8 |
| Оладьи из печени | 100 | 60,00 | 19,25 | 19,87 | 14,87 | 237,5 |
| Котлеты рыбные | 100 | 56,00 | 15,25 | 10,0 | 14,79 | 192,5 |
| Картофельное пюре с маслом | 180/5 | 42,00 | 6,07 | 22,56 | 48,52 | 284,7 |
| Цв. капуста б/з тушеная с овощами | 80 | 33,00 | 0,8 | 1,56 | 2,76 | 27,6 |
| Компот из ягод б/з | 200 | 20,00 | 0,13 | 0,07 | 22,0 | 103,14 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |
| 13 октября 2021г | | | | | | |
| Среда | | | | | | |
| Суп карт. с рыбн. консервами | 250/15 | 35,00 | 4,09 | 6,95 | 21,02 | 135,05 |
| Рыба тушеная с овощами | 100 | 70,00 | 15,16 | 13,66 | 6,88 | 101,16 |
| Котлеты мясные запеченные | 100 | 81,00 | 12,97 | 10,02 | 48,93 | 202,5 |
| Каша гречневая с маслом | 180/5 | 30,00 | 8,9 | 4,1 | 39,84 | 231,86 |
| Морковь тушеная | 80 | 33,00 | 1,9 | 7,41 | 8,67 | 116,8 |
| Компот из сухофруктов, шиповника | 200 | 15,00 | 1,04 | 0,27 | 42,53 | 176,7 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |
| 14 октября 2021г | | | | | | |
| Четверг | | | | | | |
| Борщ с карт., кап. св., гов. отв., сметаной | 250/10/5 | 40,00 | 4,65 | 9,02 | 11,66 | 134,36 |
| Биточки мясные паровые | 100 | 81,00 | 12,98 | 36,5 | 10,2 | 129,43 |
| Макаронные изделия отварные с маслом | 180/5 | 24,00 | 6,12 | 9,0 | 24,6 | 122,3 |
| Икра кабачковая | 80 | 33,00 | 2,18 | 5,74 | 11,64 | 107,04 |
| Компот из изюма | 200 | 15,00 | 1,04 | 0,27 | 42,53 | 176,7 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |
| 15 октября 2021г | | | | | | |
| Пятница | | | | | | |
| Щи из св. капусты, гов. отв., сметаной | 250/10/5 | 40,00 | 1,42 | 3,96 | 6,32 | 71,8 |
| Жаркое по-домашнему | 250 | 85,00 | 18,8 | 20,1 | 20,3 | 339 |
| Куры тушеные | 100 | 80,00 | 20,6 | 11,8 | 45,3 | 336,9 |
| Каша гречневая с маслом | 180/5 | 30,00 | 8,9 | 4,1 | 39,84 | 231,86 |
| Смесь мексиканская б/з | 60 | 25,00 | 0,8 | 1,56 | 2,76 | 27,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 5,00 | 0,06 | 0,02 | 15,0 | 60,0 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

кач
Реш