

Согласовано
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» 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) на 14-18 марта 2022г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
14 марта 2022г до 12:00						
Понедельник						
Сыр твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Каша молочная гречневая с маслом	302	150/10	11,4	14,2	36,28	281,8
Чай с сахаром	685	200	0,06	0,02	13,5	54,0
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен.		30/20	3,26	0,53	15,12	115,73
Фрукт консервированный		100	0,2	0	29,2	115
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		70,00				
15 марта 2022г до 12:00						
Вторник						
Омлет с маслом	340	200/10	14,6	15,6	36,04	258,1
Зеленый горошек конс. тер. обр.		40	1,8	0,28	4,38	34,8
Кофейный напиток	692	200	2,4	2,4	16,28	139,68
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен.		30/20	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		70,00				
16 марта 2022г до 12:00						
Среда						
Зап. морковно-творожная соус мол.	272	200/50	14,25	21,75	48,25	380,5
Какао на молоке	693	200	2,4	1,6	23,4	112,5
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен.		30/20	3,26	0,53	15,12	115,73
Снежок		200	5,2	5,0	22	154
Стоимость рациона:		70,00				
17 марта 2022г до 12:00						
Четверг						
Тефтели мясные	462	80	11,04	9,3	13,48	225,6
Макарон изд. отварные с маслом	332	150	5,1	7,5	38,5	202,8
Огурец консервированный		20	0	0	0,6	2,4
Чай с сахаром, лимоном	686	200	0,3	0,04	13,5	60,0
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен.		30/20	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		70,00				
18 марта 2022г до 12:00						
Пятница						
Сыр твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Каша пшеничная молочная с маслом	311	230/10	9,3	15,2	54,03	352
Чай с сахаром	685	200	0,06	0,02	13,5	54,0
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен.		30/20	3,26	0,53	15,12	115,73
Йогурт		200	5,8	5,0	24,0	166,0
Стоимость рациона:		70,00				

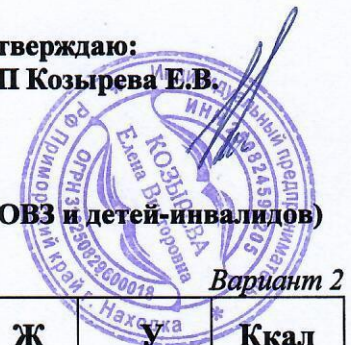
Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Козырева Е.В.

Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ
по типу завтраков для детей, обучающихся в 1-4 классах (без учёта с ОВЗ и детей-инвалидов)
на 14-18 марта 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
14 марта 2022г до 12:00						
понедельник						
Сыр твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Суп молочный с макарон. изд.	161	160	11,5	12,6	26,3	217,8
Чай с сахаром	685	200	0,06	0,02	13,5	54,0
Хлеб ржано-пшеничный Хлеб пшеничн		30/20	3,26	0,53	15,12	115,73
Фрукт консервированный		100	0,2	0	29,2	115
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		70,00				
15 марта 2022г до 12:00						
вторник						
Запеканка рисовая с творог соус. мол.	253	200/50	15,75	17,5	50,2	383,2
Кисель из концентрата в гор. виде	591	200	0	0	42,2	162
Хлеб ржано-пшеничный Хлеб пшеничн		30/20	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		70,00				
16 марта 2022г до 12:00						
среда						
Омлет с маслом	340	200/10	14,6	15,6	36,04	258,10
Морковь тушеная	524	40	3,0	6,08	5,57	88,08
Кофейный напиток	692	200	2,4	2,4	16,28	139,68
Хлеб ржано-пшеничный Хлеб пшеничн		30/20	3,26	0,53	15,12	115,73
Снежок		200	5,2	5,0	22	154
Стоимость рациона:		70,00				
17 марта 2022г до 12:00						
четверг						
Биточки мясные паровые	451	80	10,45	11,1	11,1	196,18
Каша ячневая с маслом	297	150/10	8,2	6,2	41,5	258,8
Икра кабачковая		30	0,42	1,62	1,9	27,4
Чай с сахаром, лимоном	686	200	0,3	0,04	13,5	60
Хлеб ржано-пшеничный		30	1,68	0,33	14,82	68,97
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		70,00				
18 марта 2022г до 12:00						
пятница						
Вареники п/ф отварные с маслом	672	240/10	12,25	16,05	43,25	327,5
Какао с молоком	693	200	2,4	1,6	23,4	112,5
Хлеб ржано-пшеничный Хлеб пшеничн		30/20	3,26	0,53	15,12	115,73
Йогурт		200	5,8	5,0	24,0	166,0
Стоимость рациона:		70,00				

Бухгалтер _____ *каз*

Повар-бригадир _____ *Дуц*

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО

Утверждаю:
 ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ

по типу обедов для обучающихся в 5-11 классах из многодетных семей; 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 малочисленным народам Севера, Сибири и Дальнего Востока РФ на 14-18 марта 2022г. ул. Кирова,13

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
14 марта 2022г после 12:00						
Понедельник						
Суп картофельный с рисом	138	250	3,0	2,71	12,11	85,75
Котлеты мясные запеченные	451	100	12,75	16,4	13,24	297,5
Макаронные изд. отварные	332	180	6,12	9,0	46,2	243,36
Икра кабачковая		30	0,56	2,16	3,92	36,56
Компот из сухофруктов	639	200	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничн		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:		70,00				
15 марта 2022г после 12:00						
Вторник						
Борщ со св. кап., сметаной	110	250/10	3,05	10,75	13,62	137,5
Рыба, припущенная с овощами	374	100	19,4	15,38	25,2	292,5
Рис отварной	465	180	4,38	6,44	44,02	251,64
Огурец, консервированный		30	0	0	0,9	3,6
Кисель из концентрата	591	200	0	0	42,2	162
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничн		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:		70,00				
16 марта 2022г после 12:00						
Среда						
Суп картофельный с горохом	139	250	5,48	6,62	35,28	148,25
Котлета Домашняя	453	100	12,75	16,4	11,1	285
Картофельное пюре	520	180	6,07	9,84	60,48	284,7
Овощи тушеные	536	40	1,76	1,67	5,16	34,3
Напиток из шиповника	705	200	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничн		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:		70,00				
17 марта 2022г после 12:00						
Четверг						
Борщ (свекольник) со сметаной	82	250/10	1,8	13,66	12,17	136,25
Плов	443	250	24,0	20,1	69,75	503,25
Зеленый горошек терм. обр.		40	1,8	0,28	4,38	34,8
Компот из св/мороженных ягод	647	200	0,4	0	35,4	140
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничн		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:		70,00				
18 марта 2022г после 12:00						
Пятница						
Суп картофельный с макарон. изд.	140	250	2,69	3,375	18,7	118,25
Оладьи из печени	468	100	18,8	17,1	14,87	259
Гороховое пюре	108	180	17,6	6,9	41,35	289,94
Морковь тушеная	524	40	3,0	6,08	5,57	88,08
Кисель из ягод б/з	592	200	0	0	33,8	142
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничн		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:		70,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО

Утверждаю:
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 на 14-18 марта 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
14 марта 2022г после 12:00						
Понедельник						
Суп картофельный с рисом	138	250	3,0	2,71	12,11	85,75
Биточки мясные	452	100	14,875	17,575	13,8	269,50
Капуста тушеная	534	180	6,9	9,0	34,2	169,2
Смесь Мексиканская б/з	ТТК	40	1,35	3,7	4,5	39,41
Компот из сухофруктов	639	200	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:		70,00				
15 марта 2022г после 12:00						
Вторник						
Борщ со св. кап., сметаной	110	250/10	3,02	10,65	13,5	136,2
Котлеты рыбные	388	100	15,5	12,75	19,5	277,5
Картофельное пюре с маслом	520	180	6,07	9,84	60,48	284,7
Огурец консервированный		30	0	0	0,9	3,6
Компот из ягод б/з	647	200	0,4	0	35,4	140
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:		70,00				
16 марта 2022г после 12:00						
Среда						
Суп картофельный с горохом	139	250	5,4	6,62	35,28	148,25
Тефтели мясные	464	100	14,875	16,5	19,5	286,50
Каша гречневая рассыпчатая	297	180	10,44	9,36	51,12	334,8
Овощи тушеные	536	40	1,76	1,67	5,16	34,3
Напиток из плодов шиповника	705	200	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:		70,00				
17 марта 2022г после 12:00						
Четверг						
Борщ (свекольник) со сметаной	82	250/10	1,8	13,66	12,17	136,25
Рыба, припущенная с овощами	371	100	13,15	13,5	37,68	280
Гороховое пюре	108	180	17,6	6,9	41,35	289,94
Огурец консервированный		30	0	0	0,9	3,6
Кисель ягоды б/з	592	200	0	0	33,8	142
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:		70,00				
18 марта 2022г после 12:00						
Пятница						
Суп картофельный с макарон. изд.	140	250	2,69	3,37	18,5	118,25
Плов	443	250	24,0	20,1	69,75	503,25
Морковь тушеная	524	50	3,0	6,08	5,57	88,08
Компот из ягод б/з	647	200	0,4	0	35,4	140
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:		70,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО



Утверждаю
 И.И. Козырева Е.В.



МЕНЮ
 по типу завтраков и обедов для детей с ОВЗ и детей-инвалидов, обучающихся в 1-4 классах
 на 14-18 марта 2022г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
14 марта 2022г Понедельник					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый		15	Суп картофельный с рисом	138	200
Каша молочная гречневая с маслом	302	150/10	Котлеты мясные запеченные	451	80
Чай с сахаром	685	200	Макарон. изд. отварные с маслом	332	150
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен		30/20	Икра кабачковая		40
Фрукт консервированный		100	Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшенич/ хлеб ржано-пшенич		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		125,00
15 марта 2022г вторник					
Завтрак			Обед		
Омлет с маслом	340	200/10	Борщ со св. кап., сметаной	110	200/10
Зеленый горошек конс. тер. обр.		40	Рыба, припущенная с овощами	374	80
Кофейный напиток	692	200	Рис отварной	465	150
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен		30/20	Огурец, консервированный		30
			Кисель из концентрата	591	180
			Хлеб пшен/ хлеб ржано-пшенич		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		125,00
16 марта 2022г среда					
Завтрак			Обед		
Зап. творожно- морков. соус мол.	272	200/50	Суп карт. с горохом	139	200
Какао на молоке	693	200	Котлета Домашняя	453	80
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен		30/20	Картофельное пюре	520	150
			Овощи тушеные	536	40
			Напиток из шиповника	705	180
			Хлеб пшенич/ хлеб ржано-пшенич		20/30
Снежок		200	Стоимость рациона:		125,00
17 марта 2022г четверг					
Завтрак			Обед		
Тефтели мясные	462	80	Борщ (свекольник) со сметаной	82	200/10
Макарон. изд. отварные с маслом	332	150	Плов	443	200
Огурец, консервированный		20	Зеленый горошек терм. обр.		40
Чай с сахаром, лимоном	686	200	Компот из св/мороженных ягод	647	200
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен		30/20	Хлеб пшенич/ хлеб ржано-пшенич		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		125,00
18 марта 2022г пятница					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый		15	Суп картофельный с макарон. изд.	140	200
Каша пшеничная молочная с маслом	311	230/10	Оладьи из печени	468	80
Чай с сахаром	685	200	Гороховое пюре	108	150
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен		20/30	Морковь тушеная	524	40
			Кисель из ягод б/з	592	180
			Хлеб пшенич/ хлеб ржано-пшенич		20/30
Йогурт		200	Стоимость рациона:		125,00

Бухгалтер _____ *каз*

Повар-бригадир _____ *Шеф*

Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ №19 «Выбор» НГО

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ
по типу завтраков и обедов для детей с ОВЗ и детей-инвалидов, обучающихся в 1-4 классах
на 14-18 марта 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
14 марта 2022г Понедельник					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый		15	Суп картофельный с рисом	138	200
Суп молочный с макарон. изд.	161	160	Биточки мясные	452	80
Чай с сахаром	685	200	Капуста тушеная	534	150
Хлеб ржано-пшен. / Хлеб пшен.		30/20	Смесь мексиканская б/з	ТТК	40
Фрукт		100	Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		125,00
15 марта 2022г вторник					
Завтрак			Обед		
Запеканка рис. с творог, соус мол.	253	200/50	Борщ с карт., св. кап. со сметаной	110	200/10
Кисель из концентрата в гор. виде	591	200	Котлеты рыбные	388	80
Хлеб ржано-пшен. / Хлеб пшен.		30/20	Картофельное пюре с маслом	520	150
			Огурец консервированный		30
			Компот из ягод б/з	647	180
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		125,00
16 марта 2022г среда					
Завтрак			Обед		
Омлет с маслом	340	200/10	Суп картофельный с горохом	139	200
Морковь тушеная	524	40	Тефтели мясные	464	80
Кофейный напиток	692	200	Каша гречневая рассыпчатая	297	150
Хлеб ржано-пшен. / Хлеб пшен.		30/20	Овощи тушеные	536	40
			Напиток из плодов шиповника	705	180
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшен		20/30
Снежок		200	Стоимость рациона:		125,00
17 марта 2022г четверг					
Завтрак			Обед		
Биточки мясные паровые	451	80	Борщ (свекольник) со сметаной	82	200/10
Каша ячневая с маслом	297	150/10	Рыба, припущенная с овощами	371	80
Икра кабачковая		30	Гороховое пюре	108	150
Чай с сахаром, лимоном	686	200	Огурец консервированный		30
Хлеб ржано-пшеничный		30	Кисель ягоды б/з	592	180
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		125,00
18 марта 2022г пятница					
Завтрак			Обед		
Вареники п/ф отварные с маслом	672	240/10	Суп картофельный с макарон. изд.	140	200
Какао с молоком	693	200	Плов	443	200
Хлеб ржано-пшен. / Хлеб пшен.		20/30	Морковь тушеная	524	50
			Компот из ягод б/з	647	200
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшен		20/30
Йогурт		200	Стоимость рациона:		125,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО



Утверждаю:
 ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ
 по типу завтраков и обедов для детей с ОВЗ и детей-инвалидов, обучающихся в 5-11 классах
 на 14-18 марта 2022г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
14 марта 2022г Понедельник			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый	15	Суп картофельный с рисом	250
Каша молочная гречневая с маслом	200/10	Котлеты мясные запеченные	100
Чай с сахаром	200	Макаронные изд. отварные с маслом	180
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен.	30/20	Икра кабачковая	40
Фрукт консервированный	100	Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшенич	20/30
		Стоимость рациона:	125,00
15 марта 2022г вторник			
Завтрак		Обед	
Омлет с маслом	230/10	Борщ со св. кап., сметаной	250/10
Зеленый горошек конс. тер. обр.	60	Рыба, припущенная с овощами	100
Кофейный напиток	200	Рис отварной	180
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен.	30/20	Огурец, консервированный	30
		Кисель из концентрата	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшенич	20/30
		Стоимость рациона:	125,00
16 марта 2022г среда			
Завтрак		Обед	
Запеканка творожно- морков. соус мол.	250/50	Суп картофельный с горохом	250
Какао на молоке	200	Котлета Домашняя	100
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен.	30/20	Картофельное пюре	180
		Овощи тушеные	40
		Напиток из шиповника	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшенич	20/30
		Стоимость рациона:	125,00
17 марта 2022г четверг			
Завтрак		Обед	
Тефтели мясные	100	Борщ (свекольник) со сметаной	250/10
Макаронные изд. отварные	180	Плов	250
Огурец, консервированный	20	Зеленый горошек терм. обр.	40
Чай с сахаром, лимоном	200	Компот из св/мороженных ягод	200
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен.	30/20	Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшенич	20/30
		Стоимость рациона:	125,00
18 марта 2022г пятница			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый	15	Суп картофельный с макарон. изд.	250
Каша пшеничная молочная с маслом	275/10	Оладьи из печени	100
Чай с сахаром	200	Гороховое пюре	180
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен.	30/20	Морковь тушеная	40
		Кисель из ягод б/з	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшенич	20/30
		Стоимость рациона:	125,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

кач
Вас

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО

Утверждаю:
 ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ
 по типу завтраков и обедов для детей с ОВЗ и детей-инвалидов, обучающихся в 5-11 классах
 на 14-18 марта 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
14 марта 2022г Понедельник			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый	15	Суп картофельный с рисом	250
Суп молочный с макарон. изд.	200	Биточки мясные паровые	100
Чай с сахаром	200	Капуста тушеная	180
Хлеб ржано-пшеничный /Хлеб пшенич	30/20	Смесь Мексиканская б/з	40
Фрукт консервированный	100	Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	125,00
15 марта 2022г Вторник			
Завтрак		Обед	
Запеканка рисовая с творогом соусом мол.	250/50	Борщ с карт., св. капустой, сметаной	250/10
Кисель из концентрата	200	Котлеты рыбные	100
Хлеб ржано-пшеничный /Хлеб пшенич	30/20	Картофельное пюре с маслом	180
		Огурец консервированный	30
		Компот из ягод б/з	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	125,00
16 марта 2022г Среда			
Завтрак		Обед	
Омлет с маслом	230/10	Суп картофельный с горохом	250
Морковь тушеная	60	Тефтели мясные	100
Кофейный напиток	200	Каша гречневая рассыпчатая	180
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	30/20	Овощи тушеные	40
		Напиток из плодов шиповника	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	125,00
17 марта 2022г Четверг			
Завтрак		Обед	
Биточки мясные паровые	100	Борщ (свекольник), сметаной	250/10
Каша ячневая с маслом	180/10	Рыба, припущенная с овощами	100
Икра кабачковая	30	Гороховое пюре	180
Чай с сахаром, лимоном	200	Огурец консервированный	30
Хлеб ржано-пшеничный	30	Кисель ягоды б/з	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	125,00
18 марта 2022г Пятница			
Завтрак		Обед	
Вареники п/ф отварные с маслом	290/10	Суп картофельный с макарон. изд.	250
Какао с молоком	200	Плов	250
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	30/20	Морковь тушеная	50
		Компот из ягод б/з	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	125,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО

Утверждаю:
ИИ Козырева Е.В.



МЕНЮ

обедов для обучающихся 1-4 классов на 14-18 марта 2022г

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
14 марта 2022г						
Понедельник						
Суп картофельный с рисом, гов. отв.	200/10	40,00	2,4	2,17	9,69	68,6
Биточки мясные паровые	80	65,00	11,9	14,06	11,04	215,6
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	20,00	5,1	7,5	38,5	202,8
Капуста тушеная	150	35,00	5,75	7,5	28,5	141
Мексиканская смесь б/з тушеная	60	25,00	2,03	5,5	6,75	59,11
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
15 марта 2022г						
Вторник						
Борщ со св. кап., гов. отв., сметаной	200/10/5	40,00	2,44	8,6	10,9	110,0
Рыба припущенная	80	75,00	15,52	12,3	20,15	234
Котлеты рыбные	80	60,00	12,4	10,2	15,6	222
Вареники п/ф отварные с маслом	200/5	66,00	12,25	16,05	53,25	387,5
Картофельное пюре с маслом	150/5	35,00	5,06	8,2	50,4	237,25
Рис отварной с маслом	150/5	25,00	3,65	5,37	36,68	209,7
Огурец консервированный	60	20,00	0	0	1,8	7,2
Кисель	200	12,00	0	0	42,2	162
Сок	200	25,00	1,0	0,2	20,20	86,6
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
16 марта 2022г						
Среда						
Суп карт. с горохом, гов. отв.	200/10	40,00	4,39	5,3	28,22	118,6
Котлета Домашняя	80	65,00	10,2	13,12	8,88	228
Тефтели мясные в соусе	80/50	65,00	11,9	13,2	15,6	229,2
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	20,00	5,1	7,5	38,5	202,8
Каша гречневая с маслом	150/5	25,00	8,7	7,8	42,6	279
Овощи тушеные	60	25,00	1,76	1,67	5,16	34,3
Напиток из шиповника	200	15,00	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
17 марта 2022г						
Четверг						
Борщ с карт. (свекольник) гов. отв., см	200/10/5	40,00	1,44	10,93	9,74	109,0
Рыба тушеная с овощами	80	75,00	10,52	10,8	30,15	224
Плов	200	85,00	19,2	16,1	55,8	402,6
Гороховое пюре с маслом	150/5	20,00	14,67	5,78	34,46	241,62
Огурец консервированный	60	20,00	0	0	1,8	7,2
Компот из св/мороженых ягод	200	20,00	0,4	0	35,4	140
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
18 марта 2022г						
Пятница						
Суп карт. с макаронными изд., гов. отв.	200/10	40,00	2,15	2,7	14,96	94,6
Оладьи из печени	80	55,00	15,04	13,68	11,9	207,2
Картофельное пюре с маслом	150/5	35,00	5,06	8,2	50,4	237,25
Морковь тушеная	60	25,00	3,0	6,08	5,57	88,08
Компот из ягод б/з	200	20,00	0,4	0	35,4	140
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____