

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 21-25 марта 2022г.

*Вариант 1*

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>21 марта 2022г до 12:00</b>						
<b>Понедельник</b>						
Макаронные изделия с сыром, маслом	394	200	15,56	18,6	51,2	374,56
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.		30/20	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		<b>70,00</b>				
<b>22 марта 2022г до 12:00</b>						
<b>Вторник</b>						
Сыр твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Каша молочная овсяная с маслом	311	230/10	10,2	13,75	41,3	320
Чай с сахаром	685	200	0,06	0,02	13,5	54,0
Батон нарезной		50	3,85	1,5	25,05	129,05
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		<b>70,00</b>				
<b>23 марта 2022г до 12:00</b>						
<b>Среда</b>						
Вареники п/ф отварные с маслом	357	240/10	14,2	16,8	52,5	350
Кофейный напиток	692	200	2,4	2,4	16,28	139,68
Хлеб пшеничный/Хлеб ржано-пшен.		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Снежок		200	5,2	5,0	22,0	154,0
Стоимость рациона:		<b>70,00</b>				
<b>24 марта 2022г до 12:00</b>						
<b>Четверг</b>						
Запеканка рисовая с творогом, соус.	253	200/50	12,75	17,5	48,2	360,2
Какао на молоке	693	200	2,4	1,6	23,4	112,5
Хлеб пшеничный/Хлеб ржано-пшен.		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		<b>70,00</b>				
<b>25 марта 2022г до 12:00</b>						
<b>Пятница</b>						
Биточки рыбные	389	80	8,6	9,3	14,26	187
Гороховое пюре	108	150	12,67	9,78	42,5	246,8
Огурец консервированный		20	0	0	0,6	2,4
Чай с сахаром, лимоном	686	200	0,3	0,04	13,5	60,0
Хлеб пшеничный/Хлеб ржано-пшен.		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		<b>70,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_ *кач*  
 Повар-бригадир \_\_\_\_\_ *Васильев*

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 21-25 марта 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>21 марта 2022г до 12:00</b>						
<b>Понедельник</b>						
Тефтели рыбные с соусом	394	80	10,06	9,3	10,26	167
Каша гречневая рассыпчатая	297	150	8,7	7,8	42,6	279
Икра кабачковая		25	0,42	1,62	1,9	27,4
Чай с сахаром, лимоном	686	200	0,3	0,04	13,5	60,0
Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшен.		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		70,00				
<b>22 марта 2022г до 12:00</b>						
<b>Вторник</b>						
Сыр твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Каша молочная манная с маслом	311	230/10	10,2	13,75	42,3	325
Чай с сахаром	685	200	0,06	0,02	13,5	54,0
Батон нарезной		50	3,85	1,5	25,05	129,05
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		70,00				
<b>23 марта 2022г до 12:00</b>						
<b>Среда</b>						
Омлет с маслом	340	200/10	14,6	15,6	36,04	258,1
Кукуруза конс. терм. обр.		40	0,32	0,96	1,56	34,8
Кофейный напиток	692	200	0,24	2,4	16,28	139,68
Хлеб пшеничный / Хлеб ржано-пшенич.		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Снежок		200	5,2	5,0	22,0	154,0
Стоимость рациона:		70,00				
<b>24 марта 2022г до 12:00</b>						
<b>Четверг</b>						
Сыр твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Каша «Дружба» молочная с маслом	311	230/10	9,9	15,2	59,7	315
Чай с сахаром	685	200	0,06	0,02	13,5	54,0
Хлеб пшеничный / Хлеб ржано-пшенич.		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		70,00				
<b>25 марта 2022г до 12:00</b>						
<b>Пятница</b>						
Фрикадельки мясные	471	80	10,6	12,5	10,48	168,5
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 пшеничный / Хлеб ржано-пшенич.		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112

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 21-25 марта 2022г.

*Вариант 1*

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>21 марта 2022г с 12:00</b>					
<b>Понедельник</b>					
Суп овощной со сметаной	250	1,82	3,5	9,0	73
Тефтели мясные	100	13,8	16,5	13,1	257
Рис припущенный	180	5,28	7,2	54,23	289,2
Фасоль б/з тушеная	30	3,2	3,5	24,5	79,5
Компот из св/мороженных ягод	200	0,4	0	35,4	140
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:	<b>70,00</b>				
<b>22 марта 2022г с 12:00</b>					
<b>Вторник</b>					
Рассольник по-ленинградски со сметаной	250/10	1,7	4,2	12,3	96
Котлеты рыбные «Любительские»	100	21,3	15,25	15,75	257
Картофель отварной	180	4,32	7,8	29,99	241,2
Зеленый горошек терм. обр.	40	1,8	0,28	4,38	34,8
Компот из сухофруктов	200	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:	<b>70,00</b>				
<b>23 марта 2022г с 12:00</b>					
<b>Среда</b>					
Суп картофельный с рыбными консервами	250	4,09	6,95	21,02	135,05
Шницель мясной	100	14,75	12,62	17,62	273,25
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,44	10,56	63,12	334,8
Икра кабачковая	40	0,42	1,62	1,9	27,4
Напиток из шиповника	200	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:	<b>70,00</b>				
<b>24 марта 2022г с 12:00</b>					
<b>Четверг</b>					
Борщ с картофелем, св. кап., сметаной	250/10	2,44	8,6	10,9	110
Биточки мясные паровые	100	18,62	10,12	16	282,87
Макаронные изд. отварные	180	6,12	9	46,2	243,36
Морковь тушеная	40	3	6,08	5,57	88,08
Компот из изюма	200	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:	<b>70,00</b>				
<b>25 марта 2022г с 12:00</b>					
<b>Пятница</b>					
Щи с карт. св. кап. сметаной	250/10	1,41	4,7	6,8	75
Жаркое по-домашнему	250	23,5	25,12	25,37	423,75
Смесь Мексиканская б/з туш с овощами	40	1,35	3,7	4,5	39,41
Кисель из концентрата	200	0	0	42,2	162
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	20/30	3,26	0,53	15,12	115,73

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

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

Утверждаю:  
ИП Козырева Е.В.

### 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 на 21-25 марта 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>21 марта 2022г с 12:00</b>					
<b>Понедельник</b>					
Суп овощной со сметаной	250	1,82	3,5	9,0	73
Оладьи из печени	100	18,8	17,1	14,87	259
Макаронные изд. отварные	180	6,12	9	46,19	243,36
Смесь Мексиканская б/з	30	1,35	3,7	4,5	39,41
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:	<b>70,00</b>				
<b>22 марта 2022г с 12:00</b>					
<b>Вторник</b>					
Рассольник по-Ленинградски	250	1,7	4,2	12,3	96
Тефтели мясные	100	13,8	16,5	13,1	257
Рис припущенный	180	5,27	7,2	54,01	289,2
Капуста цв. б/з тушеная	40	1,8	2,78	6,38	47
Компот из ягод б/з	180	0,4	0	35,4	140
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:	<b>70,00</b>				
<b>23 марта 2022г с 12:00</b>					
<b>Среда</b>					
Суп картофельный с рыбными консервами	250	4,09	6,95	21,02	135,05
Рыба тушеная с овощами	100	13,15	13,5	37,68	280
Гороховое пюре	180	17,6	6,93	41,35	289,94
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:	<b>70,00</b>				
<b>24 марта 2022г с 12:00</b>					
<b>Четверг</b>					
Борщ с картофелем, св. кап.,	250	2,44	8,6	10,9	110
Жаркое по-домашнему	250	23,5	25,12	25,37	423,75
Морковь тушеная	50	3,75	7,6	6,96	110,1
Компот из изюма	200	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:	<b>70,00</b>				
<b>25 марта 2022г с 12:00</b>					
<b>Пятница</b>					
Щи со св. капустой	250	1,41	4,7	6,8	75
Биточки мясные	100	13,06	13,87	13,87	232,72
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,44	9,36	51,12	334,8
Гарнир «Ассорти»	40	0,93	3,7	4,33	58,4
Кисель из концентрата	200	0	0	42,2	162
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:	<b>70,00</b>				

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 1-4 классах  
на 21-25 марта 2022г.

**Вариант 1**

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
<b>21 марта 2022г понедельник</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Макаронные изд. с сыром, масл.	394	200	Суп овощной со сметаной	99	200/10
Кукуруза консервированная		50	Тефтели мясные	461	80
Чай с сахаром	685	200	Рис припущенный	512	150
Хлеб ржано-пшен./ Хлеб пшен.		30/20	Фасоль тушеная б/з	ТТК	30
			Компот из св/мороженных ягод	647	180
			Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшен.		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>125,00</b>
<b>22 марта 2022г вторник</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Сыр твердый		15	Рассольник по-Ленинградски, смет	132	200/10
Каша овсяная молочная с маслом	311	230/10	Котлеты рыбные «Любительские»	388	80
Чай с сахаром	685	200	Картофель отварной	203	150
Батон нарезной		50	Зел. горошек терм. обр.		40
			Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшен .		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>125,00</b>
<b>23 марта 2022г среда</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Вареники п/ф отв. с маслом	357	240/10	Суп карт. с рыбными консервами	138	200
Кофейный напиток	692	200	Шницель мясной	451	80
Хлеб пшенич/ Хлеб ржано-пшен.		20/30	Каша гречневая рассыпчатая	297	150
			Икра кабачковая		40
			Напиток из шиповника	705	180
			Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшен		20/30
Снежок		200	Стоимость рациона:		<b>125,00</b>
<b>24 марта 2022г четверг</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Зап. рис. с творогом, соусом	253	200/50	Борщ с картофелем, св. кап., смет.	110	200/10
Какао с молоком	693	200	Биточки мясные паровые	466	80
Хлеб пшенич/ Хлеб ржано-пшен.		20/30	Макаронные изд. отварные	332	150
			Морковь тушеная	524	30
			Компот из изюма	638	180
			Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>125,00</b>
<b>25 марта 2022г пятница</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
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 туш. с ов	ТТК	40
Чай с сахаром, лимоном	686	200	Кисель из концентрата	591	200
Хлеб пшенич/ Хлеб ржано-пшен.		20/30	Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшен .		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>125,00</b>

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 1-4 классах на 21-25 марта 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	ВЫХОД	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	ВЫХОД
<b>21 марта 2022г Понедельник</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Тефтели рыбные с соусом	394	80	Суп овощной со сметаной	99	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	Смесь Мексиканская б/з		30
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб		30/20	Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшен/Хлеб ржано-пшеничн		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>125,00</b>
<b>22 марта 2022г Вторник</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Сыр твердый		15	Рассольник по-Ленинградки, смет.	132	200/10
Каша манная молочная с маслом	311	230/10	Тефтели мясные	461	80
Чай с сахаром	685	200	Рис припущенный	512	150
Батон нарезной		50	Капуста цв. б/з тушеная	ТТК-5	40
			Компот из ягод б/з	647	180
			Хлеб пшен/Хлеб ржано-пшеничн		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>125,00</b>
<b>23 марта 2022г среда</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Омлет с маслом	340	200/10	Суп карт. с рыбными консервами	138	200
Кукуруза конс. терм. обр.		40	Рыба тушеная с овощами	374	80
Кофейный напиток	692	200	Гороховое пюре	108	150
Хлеб пшенич./Хлеб ржано-пшен		20/30	Огурец соленый		40
			Компот из смеси с/ф-тов, шип.	ТТК-3	180
			Хлеб пшен/Хлеб ржано-пшеничн		20/30
Снежок		200	Стоимость рациона:		<b>125,00</b>
<b>24 марта 2022г четверг</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Сыр твердый		15	Борщ с картофелем, св. кап., смет.	110	200/10
Каша «Дружба» молочная с мас.	311	230/10	Жаркое по-домашнему	436	200
Чай с сахаром	685	200	Морковь тушеная	524	40
Хлеб пшенич./Хлеб ржано-пшен		20/30	Компот из изюма	638	200
			Хлеб пшен/Хлеб ржано-пшеничн		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>125,00</b>
<b>25 марта 2022г пятница</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Фрикадельки мясные с соусом	471	80	Щи из св. капусты, сметана	124	200/10
Макаронные изд. отв.	332	150	Биточки мясные	451	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 пшенич./Хлеб ржано-пшен		20/30	Кисель из концентрата	591	180
			Хлеб пшен/Хлеб ржано-пшеничн		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>125,00</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*ка*  
*Гусев*

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  
 НГО на 21-25 марта 2022г.

**Вариант 1**

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
<b>21 марта 2022г понедельник</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Макаронные изделия с сыром, маслом	240/10	Суп овощной со сметаной	250
Кукуруза кос. терм. обр.	50	Тефтели мясные	100
Чай с сахаром	200	Рис припущенный	180
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен	30/20	Фасоль б/з тушеная	30
		Компот из св/мороженных ягод	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	<b>125,00</b>
<b>22 марта 2022г вторник</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Сыр твердый	15	Рассольник по-Ленинградски, сметана	250
Каша овсяная молочная с маслом	280/10	Котлеты рыбные «Любительские»	100
Чай с сахаром	200	Картофель отварной	180
Батон нарезной	50	Зеленый горошек терм. обр.	40
		Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	<b>125,00</b>
<b>23 марта 2022г среда</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Вареники п/ф отв. с маслом	290/10	Суп карт. с рыбными консервами	250
Кофейный напиток	200	Шницель мясной	100
Хлеб пшеничный/Хлеб ржано-пшеничн	20/30	Каша гречневая рассыпчатая	180
		Икра кабачковая	40
		Напиток из шиповника	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	<b>125,00</b>
<b>24 марта 2022г четверг</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
		Борщ с картофелем, св. кап., сметана	250
Запеканка рисовая с творогом, соусом	250/50	Биточки мясные паровые	100
Какао с молоком	200	Макаронные изд. отварные	180
Хлеб пшеничный/Хлеб ржано-пшеничн	20/30	Морковь тушеная	30
		Компот из изюма	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	<b>125,00</b>
<b>25 марта 2022г пятница</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Биточки рыбные	100	Щи из свежей капусты, сметана	250
Гороховое пюре	180	Жаркое по-домашнему	250
Огурец консервированный	20	Смесь мексиканская б/з туш с ов.	40
Чай с сахаром, лимоном	200	Кисель из концентрата	200
Хлеб пшеничный/Хлеб ржано-пшеничн	20/30	Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	<b>125,00</b>

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 21-25 марта 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
<b>21 марта 2022г Понедельник</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
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	Смесь Мексиканская б/з	30
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен	30/20	Компот из сухофруктов	200
		Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	<b>125,00</b>
<b>22 марта 2022г Вторник</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Сыр твердый	15	Рассольник по-Ленинградски со смет.	250
Каша манная молочная с маслом	280/5	Тефтели мясные	100
Чай с сахаром	200	Рис припущенный	180
Батон нарезной	50	Капуста цв. б/з тушеная	40
		Компот из ягод б/з	200
		Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	<b>125,00</b>
<b>23 марта 2022г среда</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
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 пшеничный/Хлеб ржано-пшенич	20/30	Огурец соленый	40
		Напиток из сухофруктов, шиповника	200
		Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	<b>125,00</b>
<b>24 марта 2022г четверг</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Сыр твердый	15	Борщ с картофелем, св. кап., сметаной	250
Каша «Дружба» молочная с маслом	280/5	Жаркое по-домашнему	250
Чай с сахаром	200	Морковь тушеная	50
Хлеб пшеничный/Хлеб ржано-пшенич	20/30	Компот из изюма	200
		Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	<b>125,00</b>
<b>25 марта 2022г пятница</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Фрикадельки мясные в соусе	100	Щи из св. кап., сметаной	250
Макаронные изд. отварные	180	Биточки мясные	100
Огурец соленый	20	Каша гречневая рассыпчатая	180
Компот из смеси сухофруктов в гор. виде	200	Гарнир «Ассорти»	40
Хлеб пшеничный/Хлеб ржано-пшенич	20/30	Кисель из концентрата	200
		Хлеб ржаной/Хлеб пшеничный	20/30
		Стоимость рациона:	<b>125,00</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_ *кач*  
 Повар-бригадир \_\_\_\_\_ *Вед*



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

Утверждаю:  
 ИП Козырева Е.В.



**МЕНЮ**

обедов для обучающихся 1-4 классов на 21-25 марта 2022г.

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
<b>21 марта 2022г</b>						
<b>Понедельник</b>						
Суп овощной, гов. отв., смет.	200/10/10	40,00	1,86	3,5	9	73
Оладьи из печени	80	55,00	15,04	13,68	11,9	207,2
Тефтели мясные в соусе	80/50	65,00	15,936	17,47	21,07	239,2
Рис припущенный с маслом	150/5	25,00	4,4	6	45,2	241
Фасоль б/з тушеная	60	25,00	3,2	3,5	24,5	79,5
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
<b>22 марта 2022г</b>						
<b>Вторник</b>						
Рассольник по-Ленинградски, гов. отв., см	200/10/5	40,00	1,7	4,2	12,3	96
Котлеты рыбные	80	60,00	17,04	12,2	12,6	205,6
Колбасные изделия отварные	80	60,00	7,52	10,0	0,64	40,64
Картофель отварной с маслом	150/5	35,00	3,6	6,5	25	201
Цв капуста б/з тушеная с овощами	60	25,00	2,7	4,17	9,57	70,5
Компот из ягод б/з	200	20,00	0,4	0	35,4	140
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
<b>23 марта 2022г</b>						
<b>Среда</b>						
Суп карт. с рыб. консервами	200/15	40,00	4,09	6,95	21,02	135,05
Рыба тушеная с овощами	80	75,00	10,52	10,8	30,15	224
Шницель мясной	80	65,00	11,8	10,1	14,1	218,6
Гороховое пюре с маслом	150/5	20,00	12,67	9,78	42,5	246,8
Икра кабачковая	60	20,00	0,42	1,62	1,9	27,4
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
<b>24 марта 2022г</b>						
<b>Четверг</b>						
Борщ с карт., капустой, гов. отв., сметаной	200/10/5	40,00	2,44	8,6	10,9	110
Биточки мясные паровые	80	65,00	14,9	8,1	12,8	226,3
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	20,00	5,1	7,5	38,5	202,8
Морковь тушеная	60	25,00	3	6,08	5,57	88,08
Компот из изюма	200	15,00	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
<b>25 марта 2022г</b>						
<b>Пятница</b>						
Щи из св. капусты со сметаной	200/10	40,00	1,41	4,7	6,8	75
Жаркое по-домашнему	200	75,00	18,8	20,1	20,3	339
Биточки мясные	80	65,00	10,45	11,1	11,1	186,18
Каша гречневая с маслом	150/5	25,00	8,7	8,8	52,6	279
Смесь мексиканская б/з тушеная с ов.	60	25,00	1,35	3,7	4,5	39,41
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 \_\_\_\_\_