

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ
обедов для обучающихся 1-4 классов на 12-16 сентября 2022г

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
12 сентября 2022г						
Понедельник						
Суп картофельный с рисом, гов. отв.	200/10	40,00	2,4	2,17	9,69	68,6
Биточки мясные паровые	90	70,00	11,9	14,06	11,04	215,6
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	25,00	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	35,00	2,03	5,5	6,75	59,11
Компот из сухофруктов	200	20,00	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
13 сентября 2022г						
Вторник						
Борщ со св. кап., гов. отв., сметаной	200/10/5	40,00	2,44	8,6	10,9	110,0
Рыба припущенная	90	80,00	15,52	12,3	20,15	234
Вареники п/ф отварные с маслом	200/5	70,00	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	30,00	3,65	5,37	36,68	209,7
Огурец консервированный	60	20,00	0	0	1,8	7,2
Кисель	200	15,00	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
14 сентября 2022г						
Среда						
Суп карт. с горохом, гов. отв.	200/10	40,00	4,39	5,3	28,22	118,6
Котлета Домашняя	90	70,00	10,2	13,12	8,88	228
Тефтели мясные в соусе	80/50	70,00	11,9	13,2	15,6	229,2
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	25,00	5,1	7,5	38,5	202,8
Каша гречневая с маслом	150/5	30,00	8,7	7,8	42,6	279
Овощи тушеные	60	25,00	1,76	1,67	5,16	34,3
Напиток из шиповника	200	20,00	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
15 сентября 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	90	80,00	10,52	10,8	30,15	224
Плов	200	90,00	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/мороженных ягод	200	30,00	0,4	0	35,4	140
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
16 сентября 2022г						
Пятница						
Суп карт. с макаронными изд., гов. отв.	200/10	40,00	2,15	2,7	14,96	94,6
Котлеты рыбные	90	65,00	12,4	10,2	15,6	222
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	30,00	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 _____

Handwritten signatures of the accountant and the chef.

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

Утверждаю:
 ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

по типу завтрака 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 12-16 сентября 2022г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
12 сентября 2022г						
Понедельник						
Котлеты мясные запеченные	451	100	12,75	16,4	13,24	297,5
Макаронные изд. отварные с маслом	332	180	6,12	9,0	46,2	243,36
Икра кабачковая		20	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:		85,00				
13 сентября 2022г						
Вторник						
Омлет с маслом	340	230/10	14,6	15,6	36,04	258,1
Зеленый горошек конс. тер. обр.		60	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
Стоимость рациона:		85,00				
14 сентября 2022г						
Среда						
Зап. морковно-творожная соус мол.	272	250/50	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
15 сентября 2022г						
Четверг						
Тефтели мясные в соусе	462	90	11,04	9,3	13,48	225,6
Макарон изд. отварные	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
Стоимость рациона:		85,00				
16 сентября 2022г						
Пятница						
Биточки рыбные		100				
Гороховое пюре с маслом	108	180	17,6	6,9	41,35	289,94
Морковь тушенная	524	20	3,0	6,08	5,57	88,08
Чай с сахаром	685	200	0,06	0,02	13,5	54,0
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничн		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:		85,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ

по типу завтрака 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 12-16 сентября 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
12 сентября 2022г						
Понедельник						
Биточки мясные	452	100	14,875	17,57	13,8	269,50
Капуста тушеная	534	200	6,9	9,0	34,2	169,2
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:		85,00				
13 сентября 2022г						
Вторник						
Запеканка рисовая с творог соус. мол.	253	250/50	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
Стоимость рациона:		85,00				
14 сентября 2022г						
Среда						
Вареники п/ф отварные с карт., маслом	672	290/10	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
Стоимость рациона:		85,00				
15 сентября 2022г						
Четверг						
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		20	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:		85,00				
16 сентября 2022г						
Пятница						
Омлет с маслом	340	230/10	14,6	15,6	36,04	258,10
Морковь тушеная	524	60	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
Стоимость рациона:		85,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ

для детей с ОВЗ и детей-инвалидов; граждан РФ, Украины, ДНР, ЛНР, вынужденно покинувших территории и экстренно прибывших на территорию РФ, обучающихся в 5-11 классах и получающих двухразовое питание на 12-16 сентября 2022г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
12 сентября 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 пшеничный	30	Икра кабачковая	60
Фрукт консервированный	100	Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшенич	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00
13 сентября 2022г вторник			
Завтрак		Обед	
Омлет с маслом	230/10	Борщ карт., св. кап., сметаной	250
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	60
		Кисель из концентрата	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшенич	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00
14 сентября 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	60
		Напиток из шиповника	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшенич	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00
15 сентября 2022г четверг			
Завтрак		Обед	
Тефтели мясные в соусе	100	Борщ (свекольник) со сметаной	250
Макаронные изд. отварные	180	Плов	250
Огурец, консервированный	20	Зеленый горошек терм. обр.	60
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
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00
16 сентября 2022г пятница			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый	15	Суп картофельный с макарон. изд.	250
Каша пшеничная молочная с маслом	275/10	Биточки рыбные	100
Чай с сахаром	200	Гороховое пюре с маслом	180
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен.	30/20	Морковь тушеная	60
		Кисель из ягод б/з	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшенич	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ

для детей с ОВЗ и детей-инвалидов; граждан РФ, Украины, ДНР, ЛНР, вынужденно покинувших территории и экстренно прибывших на территорию РФ, обучающихся в 5-11 классах и получающих двухразовое питание на 12-16 сентября 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
12 сентября 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 пшеничный	40	Смесь Мексиканская б/з	60
Фрукт консервированный	100	Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
<i>Молоко</i>	<i>100</i>	Стоимость рациона:	140,00
13 сентября 2022г Вторник			
Завтрак		Обед	
Запеканка рисовая с творогом соусом мол.	250/50	Борщ с карт., св. капустой, сметаной	250
Кисель из концентрата	200	Котлеты рыбные	100
Хлеб ржано-пшеничный /Хлеб пшенич	30/20	Картофельное пюре с маслом	180
		Огурец консервированный	60
		Компот из ягод б/з	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
<i>Молоко</i>	<i>100</i>	Стоимость рациона:	140,00
14 сентября 2022г Среда			
Завтрак		Обед	
Вареники п/ф отварные с маслом	290/10	Суп картофельный с горохом	250
Какао	200	Тефтели мясные в соусе	100
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	30/20	Каша гречневая рассыпчатая	180
		Морковь тушеная	60
		Напиток из плодов шиповника	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
<i>Молоко</i>	<i>100</i>	Стоимость рациона:	140,00
15 сентября 2022г Четверг			
Завтрак		Обед	
Биточки мясные паровые	100	Борщ (свекольник), сметаной	250
Каша ячневая с маслом	180/10	Рыба, припущенная с овощами	100
Икра кабачковая	30	Гороховое пюре	180
Чай с сахаром, лимоном	200	Огурец консервированный	60
Хлеб ржано-пшеничный	30	Кисель ягоды б/з	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
<i>Молоко</i>	<i>100</i>	Стоимость рациона:	140,00
16 сентября 2022г Пятница			
Завтрак		Обед	
Омлет с маслом	230/10	Суп картофельный с макарон. изд.	250
Морковь тушеная	60	Плов	250
Кофейный напиток	200	Овощи тушеные	60
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	30/20	Компот из ягод б/з	200
		Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	20/30
<i>Молоко</i>	<i>100</i>	Стоимость рациона:	140,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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

Утверждаю:
 ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ

для детей с ОВЗ и детей-инвалидов; граждан РФ, Украины, ДНР, ЛНР, вынужденно покинувших территории и экстренно прибывших на территорию РФ, обучающихся в 1-4 классах и получающих двухразовое питание на 12-16 сентября 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
12 сентября 2022г Понедельник					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый		15	Суп картофельный с рисом	138	200
Суп молочный с макарон. изд.	161	160	Биточки мясные	452	90
Чай с сахаром	685	200	Капуста тушеная	534	150
Хлеб пшеничный		30	Смесь мексиканская б/з	ТТК	60
Фрукт		100	Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
13 сентября 2022г вторник					
Завтрак			Обед		
Запеканка рис. с творог, соус мол.	253	200/50	Борщ с карт., св. кап., сметаной	110	200
Кисель из концентрата в гор. виде	591	200	Котлеты рыбные	388	90
Хлеб ржано-пшен. / Хлеб пшен.		30/20	Картофельное пюре с маслом	520	150
			Огурец консервированный		60
			Компот из ягод б/з	647	180
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
14 сентября 2022г среда					
Завтрак			Обед		
Вареники п/ф отварные с маслом	672	240/10	Суп картофельный с горохом	139	200
Какао с молоком	693	200	Тефтели мясные в соусе	464	90
Хлеб ржано-пшен. / Хлеб пшен.		30/20	Каша гречневая рассыпчатая	297	150
			Морковь тушеная	524	60
			Напиток из плодов шиповника	705	180
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
15 сентября 2022г четверг					
Завтрак			Обед		
Биточки мясные паровые	451	90	Борщ (свекольник) со сметаной	82	200
Каша ячневая с маслом	297	150	Рыба, припущенная с овощами	371	90
Икра кабачковая		30	Гороховое пюре с маслом	108	150
Чай с сахаром, лимоном	686	200	Огурец консервированный		60
Хлеб ржано-пшеничный		30	Кисель ягоды б/з	592	180
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
16 сентября 2022г пятница					
Завтрак			Обед		
Омлет с маслом	340	200/10	Суп картофельный с макарон. изд.	140	200
Морковь тушеная	524	40	Плов	443	200
Кофейный напиток	692	200	Овощи тушеные	536	60
Хлеб ржано-пшен. / Хлеб пшен.		30/20	Компот из ягод б/з	647	200
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

каз
Риф

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

Утверждаю
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

для детей с ОВЗ и детей-инвалидов, граждан РФ, Украины, ДНР, ЛНР, вынужденно покинувших территории и экстренно прибывших на территорию РФ, обучающихся в 1-4 классах и получающих двухразовое питание на 12-16 сентября 2022г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
12 сентября 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	90
Чай с сахаром	685	200	Макарон. изд. отварные с маслом	332	150
Хлеб пшеничный		30	Икра кабачковая		60
Фрукт консервированный		100	Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшенич/ хлеб ржано-пшенич		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
13 сентября 2022г вторник					
Завтрак			Обед		
Омлет с маслом	340	200/10	Борщ со св. кап., сметаной	110	200
Зеленый горошек конс. тер. обр.		40	Рыба, припущенная с овощами	374	90
Кофейный напиток	692	200	Рис отварной	465	150
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен		30/20	Огурец, консервированный		60
			Кисель из концентрата	591	180
			Хлеб пшен/ хлеб ржано-пшенич		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
14 сентября 2022г среда					
Завтрак			Обед		
Зап. творожно- морков. соус мол.	272	200/50	Суп картофельный с горохом	139	200
Какао на молоке	693	200	Котлета Домашняя	453	90
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен		30/20	Картофельное пюре с маслом	520	150
			Овощи тушеные	536	60
			Напиток из шиповника	705	180
			Хлеб пшенич/ хлеб ржано-пшенич		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
15 сентября 2022г четверг					
Завтрак			Обед		
Тефтели мясные в соусе	462	90	Борщ (свекольник) со сметаной	82	200
Макарон. изд. отварные	332	150	Плов	443	200
Огурец, консервированный		20	Зеленый горошек терм. обр.		60
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:		140,00
16 сентября 2022г пятница					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый		15	Суп картофельный с макарон. изд.	140	200
Каша пшеничная молочная с маслом	311	230/10	Биточки рыбные		90
Чай с сахаром	685	200	Гороховое пюре с маслом	108	150
Хлеб ржано-пшен. /Хлеб пшен		20/30	Морковь тушеная	524	60
			Кисель из ягод б/з	592	180
			Хлеб пшенич/ хлеб ржано-пшенич		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00

Бухгалтер _____
Повар-бригадир _____

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 12-16 сентября 2022г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
12 сентября 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 пшеничный		30	2,37	0,3	14,82	70,14
Фрукт консервированный		100	0,2	0	29,2	115
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		85,00				
13 сентября 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:		85,00				
14 сентября 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
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		85,00				
15 сентября 2022г до 12:00						
Четверг						
Тефтели мясные в соусе	462	90	11,04	9,3	13,48	225,6
Макарон изд. отварные	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:		85,00				
16 сентября 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
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		85,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

наз
Ощ

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 12-16 сентября 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
12 сентября 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 пшеничный		30	2,37	0,3	14,82	70,14
Фрукт консервированный		100	0,2	0	29,2	115
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		85,00				
13 сентября 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:		85,00				
14 сентября 2022г до 12:00						
среда						
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
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		85,00				
15 сентября 2022г до 12:00						
четверг						
Биточки мясные паровые	451	90	10,45	11,1	11,1	196,18
Каша ячневая с маслом	297	150	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:		85,00				
16 сентября 2022г до 12:00						
пятница						
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
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		85,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signatures in blue ink.