

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



Утверждаю
И.И. 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 ноября 2022г.

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
21 ноября 2022г						
Понедельник						
Сыр твердый, масло сливочное		15/10	3,95	12,24	0,08	128,5
Суп молочный вермишелевый	160	220	6,6	6,2	23,8	178
Кофейный напиток	692	200	2,4	2,4	16,28	139,68
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Кондитерское изделие		15	1,1	3,8	5,2	83
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		85,00				
22 ноября 2022г						
Вторник						
Вареники п/ф с творогом отв., маслом	357	150	14,2	16,8	52,5	350
Чай с сахаром	685	200	0,06	0,02	13,5	54,0
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		20/30	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:		85,00				
23 ноября 2022г						
Среда						
Рыба в омлете	249	90	10,25	11,05	38,2	210,3
Картофель отварной, морковь тушеная	216	160	5,8	8,3	22	202
Чай с сахаром, лимоном	686	200	0,3	0,04	13,5	60,0
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		85,00				
24 ноября 2022г						
Четверг						
Плов	443	190	12,56	16,24	38,7	342,8
Свекла тушеная	536	60	3,53	3,3	6,36	68,66
Чай с сахаром, шиповником	ТТК	200	0,3	0,04	15,5	63,2
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		85,00				
25 ноября 2022г						
Пятница						
Каша молочная манная с маслом	311	200	7,3	9,2	30,5	234
Какао на молоке	693	200	2,4	1,6	23,4	112,5
Блинчик с маслом	727	50	2,4	4,62	20,6	83,6
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		20/30	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
В.И.Ф.

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 территории РФ, обучающихся в 1-4 классах, получающих двухразовое питание на 21-25 ноября 2022г.

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
21 ноября 2022г понедельник					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый, масло слив.		15/10	Щи с карт., св. капусты, сметаной	124	200
Суп молочный вермишелевый	160	220	Фрикадельки мясные к/м в соусе	469	90
Кофейный напиток	692	200	Рис припущенный	512	150
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30	Свекла тушеная	536	60
Кондитерское изделие		15	Компот из ягод б/з	647	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/40
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
22 ноября 2022г вторник					
Завтрак			Обед		
Вареники п/ф с творогом отв., масл	357	150	Уха рыбацкая	ТТК	200
Чай с сахаром	685	200	Запеканка картофельная с мясом	478	220
Фрукт консервированный		100	Огурец консервированный		60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30	Напиток из шиповника	ТТК	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/40
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
23 ноября 2022г среда					
Завтрак			Обед		
Рыба в омлете	249	90	Суп картофельный с горохом	139	200
Картофель отварной, морковь тушен.	203	150	Оладьи из печени	468	90
Чай с сахаром, лимоном	686	200	Каша гречневая рассыпчатая с масл.	297	150
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30	Овощи тушеные		60
			Компот из изюма	638	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/40
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
24 ноября 2022г четверг					
Завтрак			Обед		
Плов	443	190	Суп картофельный с клецками	133	200
Свекла тушеная	536	60	Рыба Аппетитная	385	240
Чай с сахаром, шиповником	ТТК	200	Огурец консервированный		60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/30	Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/40
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
25 ноября 2022г пятница					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый		15	Борщ Сибирский со сметаной	111	200
Каша манная молочная с маслом	311	180	Курица отварная	487	90
Какао	693	200	Макаронные изд. отварные	332	150
Блинчик с маслом		60	Икра кабачковая		60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30	Кисель из концентрата	591	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/40
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00

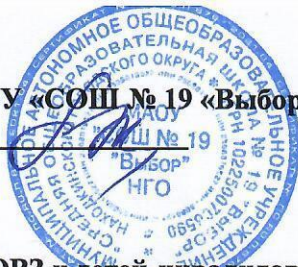
Бухгалтер

Повар-бригадир

наз
Д.В.

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 территории РФ, обучающихся в 5-11 классах, получающих двухразовое питание на 21-25 ноября 2022г.

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
21 ноября 2022г понедельник					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый, масло слив.		15/10	Щи с карт., св. кап., сметаной	124	250
Суп молочный вермишелевый	160	250	Фрикадельки мясные к/м в соусе	469	100
Кофейный напиток	692	200	Рис припущенный	512	180
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30	Свекла тушеная	536	60
Кондитерское изделие		25	Компот из ягод б/з	647	200
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/40
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
22 ноября 2022г вторник					
Завтрак			Обед		
Вареники п/ф с творогом отв., масл	357	200	Уха рыбацкая	ТТК	250
Чай с сахаром	685	200	Запеканка картофельная с мясом	478	240
Фрукт консервированный		100	Огурец консервированный		60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30	Напиток из шиповника	ТТК	200
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/40
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
23 ноября 2022г среда					
Завтрак			Обед		
Рыба в омлете	249	120	Суп картофельный с горохом	139	250
Картофель отварной, морковь тушен.	203	180	Оладьи из печени	468	100
Чай с сахаром, лимоном	686	200	Каша гречневая рассыпчатая с масл.	297	180
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30	Овощи тушеные		60
			Компот из изюма	638	200
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/40
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
24 ноября 2022г четверг					
Завтрак			Обед		
Плов	443	240	Суп картофельный с клецками	133	250
Свекла тушеная	536	60	Рыба Аппетитная	385	240
Чай с сахаром, шиповником	ТТК	200	Огурец консервированный		60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/30	Компот из сухофруктов	639	200
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/40
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
25 ноября 2022г пятница					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый		15	Борщ Сибирский со сметаной	111	250
Каша манная молочная с маслом	311	230	Курица отварная	487	100
Какао	693	200	Макаронные изд. отварные	332	180
Блинчик с маслом		60	Икра кабачковая		60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30	Кисель из концентрата	591	200
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/40
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00

Бухгалтер

Повар-бригадир

каз
Ред

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 ноября 2022г.

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
21 ноября 2022г					
Понедельник					
Фрикадельки мясные в соусе	100	14	12,2	10,1	207
Рис припущенный	180	5,28	7,2	54,23	289,2
Свекла тушеная	60	3,53	3,3	6,36	68,66
Компот из св/мороженных ягод	200	0,4	0	35,4	140
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	20/40	5,49	0,75	25,9	170,92
Стоимость рациона:	85,00				
22 ноября 2022г					
Вторник					
Запеканка картофельная с мясом	240	28,1	32,2	39,1	561
Огурец консервированный	60	0	0	1,8	7,2
Напиток из шиповника	200	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	20/40	5,49	0,75	25,9	170,92
Стоимость рациона:	85,00				
23 ноября 2022г					
Среда					
Оладьи из печени	100	15,4	8,9	11,9	200
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	10,44	10,56	63,12	334,8
Овощи тушеные	60	2,3	5,1	10,7	67
Компот из изюма	200	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	20/40	5,49	0,75	25,9	170,92
Стоимость рациона:	85,00				
24 ноября 2022г					
Четверг					
Рыба Аппетитная	240	24,5	29	16,8	427
Огурец консервированный	60	0	0	1,8	7,2
Компот из сухофруктов	200	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	20/40	5,49	0,75	25,9	170,92
Стоимость рациона:	85,00				
25 ноября 2022г					
Пятница					
Курица отварная	100	24,7	19,1	11,5	319
Макаронные изд. отварные	180	6,12	9	46,2	243,36
Икра кабачковая	60	0,56	2,16	3,92	36,56
Кисель из концентрата	200	0	0	42,2	162
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	20/40	5,49	0,75	25,9	170,92
Стоимость рациона:	85,00				

Бухгалтер

Повар-бригадир

Handwritten signatures of the accountant and chef.

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ
на 21-25 ноября 2022г.

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
21 ноября 2022г						
Понедельник						
Щи из св. капусты со сметаной	200/10/5	40,00	1,41	4,7	6,8	75
Рыба припущенная	90	80,00	15,52	12,3	20,15	234
Фрикадельки мясные в соусе	90/50	70,00	14	12,2	10,1	207
Рис припущенный с маслом	150/5	30,00	4,4	6	45,2	241
Свекла тушеная	60	30,00	3,53	3,3	6,36	68,66
Компот из ягод б/з	200	30,00	0,4	0	35,4	140
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
22 ноября 2022г						
Вторник						
Уха рыбацкая	200	40,00	5,8	1,8	16,39	105
Котлета Домашняя	90	70,00	10,2	13,12	8,88	228
Запеканка картофельная с мясом	220	75,00	28,1	32,2	39,1	561
Огурец консервированный	60	25,00	0	0	1,8	7,2
Компот 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
23 ноября 2022г						
Среда						
Суп картофельный с горохом	200/10	40,00	4,39	5,3	28,22	118,6
Рыба в омлете	90	100,00	10,25	11,05	38,2	210,3
Отбивная из филе кур	90	90,00	14,9	13,2	7,5	210
Оладьи из печени	90	65,00	15,4	8,9	11,9	200
Картофельное пюре с маслом	150/5	35,00	5,06	8,2	50,4	237,25
Каша гречневая с маслом	150/5	30,00	8,7	8,8	52,6	279
Овощи тушеные	60	30,00	2,3	5,1	10,7	67
Компот из изюма	200	20,00	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
24 ноября 2022г						
Четверг						
Суп картофельный с клецками	200/10	40,00	1,6	2,4	15,7	121
Рыба Аппетитная	240	75,00	24,5	29	16,8	427
Плов	200	90,00	12,56	16,24	38,7	342,8
Огурец консервированный	60	25,00	0	0	1,8	7,2
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
25 ноября 2022г						
Пятница						
Борщ Сибирский со сметаной	200/10/5	40,00	3,9	4,3	16,0	118
Курица отварная	90	75,00	24,7	19,1	11,5	319
Биточки мясные	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
Икра кабачковая	60	30,00	0,56	2,16	3,92	36,56
Чай с сахаром	200	5,00	0,06	0,02	13,5	54,0
Кисель	200	20,00	0	0	42,2	162
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
Блинчик с маслом	50	15,00	2,4	4,62	20,6	83,6

Бухгалтер _____
Повар-бригадир _____

наз