

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 7-11 ноября 2022г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
7 ноября 2022г						
Понедельник						
Макаронные изделия с сыром, маслом	394	210	15,56	18,6	51,2	374,56
Огурец консервированный		40	0	0	1,2	4,8
Чай с сахаром	685	200	0,06	0,02	13,5	54,0
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		85,00				
8 ноября 2022г						
Вторник						
Сыр твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Каша молочная овсяная с маслом	311	150/5	10,2	13,75	41,3	320
Чай с сахаром	685	200	0,06	0,02	13,5	54,0
Батон нарезной		40	3,85	1,5	25,05	129,05
Фрукт консервированный		100	0,2	0	29,2	115
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		85,00				
9 ноября 2022г						
Среда						
Вареники п/ф с карт. отварные с маслом	357	200/10	14,2	16,8	52,5	350
Икра кабачковая		40	0,56	2,16	3,92	36,56
Кофейный напиток	692	200	2,4	2,4	16,28	139,68
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		85,00				
10 ноября 2022г						
Четверг						
Запеканка рисовая с творогом, соус. мол.	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 ржано-пшеничный/Хлеб пшен.		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		85,00				
11 ноября 2022г						
Пятница						
Тефтели рыбные с соусом	389	90	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 ржано-пшеничный/Хлеб пшен.		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

Handwritten signatures of the accountant and chef.

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 7-11 ноября 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
7 ноября 2022г						
Понедельник						
Тефтели мясные с соусом	394	90	10,06	9,3	10,26	167
Каша гречневая рассыпчатая	297	150	8,7	7,8	42,6	279
Икра кабачковая		20	0,42	1,62	1,9	27,4
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
Стоимость рациона:		85,00				
8 ноября 2022г						
Вторник						
Сыр твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Каша молочная манная с маслом	311	150/5	10,2	13,75	42,3	325
Чай с сахаром	685	200	0,06	0,02	13,5	54,0
Батон нарезной		40	3,85	1,5	25,05	129,05
Фрукт консервированный		100	0,2	0	29,2	115
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		85,00				
9 ноября 2022г						
Среда						
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 пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		85,00				
10 ноября 2022г						
Четверг						
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 пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		85,00				
11 ноября 2022г						
Пятница						
Лапшевник с творогом, соусом мол.		200/50				
Компот из смеси сухофруктов гор. виде	639	200	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный		20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		85,00				

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 7-11 ноября 2022г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
7 ноября 2022г					
Понедельник					
Тефтели мясные	100	13,8	16,5	13,1	257
Рис припущенный	180	5,28	7,2	54,23	289,2
Капуста тушеная	60				
Компот из сухофруктов	200	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:	85,00				
8 ноября 2022г					
Вторник					
Котлеты рыбные «Любительские»	100	21,3	15,25	15,75	257
Гороховое пюре с маслом	180				
Овощи тушеные	60				
Компот из св/мороженных ягод	200	0,4	0	35,4	140
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:	85,00				
9 ноября 2022г					
Среда					
Шницель мясной	100	14,75	12,62	17,62	273,25
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,44	10,56	63,12	334,8
Морковь тушеная	60	3	6,08	5,57	88,08
Напиток из сухофруктов, шиповника	200	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:	85,00				
10 ноября 2022г					
Четверг					
Голубцы «Любительские»	120	18,62	10,12	16	282,87
Макаронные изд. отварные	180	6,12	9	46,2	243,36
Компот из изюма	200	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	20/30	3,26	0,53	15,12	115,73
Стоимость рациона:	85,00				
11 ноября 2022г					
Пятница					
Жаркое по-домашнему	250	23,5	25,12	25,37	423,75
Свекла тушеная с сыром	60				
Кисель из концентрата	200	0	0	42,2	162
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	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:
ИШ 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 7-11 ноября 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
7 ноября 2022г					
Понедельник					
Котлеты мясные	100	13,06	13,87	13,87	232,72
Макаронные изд. отварные с маслом	180	6,12	9	46,19	243,36
Капуста тушеная	60				
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:	85,00				
8 ноября 2022г					
Вторник					
Тефтели мясные в соусе	100	13,8	16,5	13,1	257
Рис припущенный	180	5,27	7,2	54,01	289,2
Овощи тушеные	60				
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:	85,00				
9 ноября 2022г					
Среда					
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	60	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:	85,00				
10 ноября 2022г					
Четверг					
Жаркое по-домашнему	250	23,5	25,12	25,37	423,75
Морковь тушеная	60	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:	85,00				
11 ноября 2022г					
Пятница					
Биточки мясные	100	13,06	13,87	13,87	232,72
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,44	9,36	51,12	334,8
Свекла тушеная с сыром	60				
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:	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 территории РФ, обучающихся в 1-4 классах и получающих двухразовое питание на 7-11 ноября 2022г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
7 ноября 2022г понедельник					
Завтрак			Обед		
Макаронные изд. с сыром, масл.	394	210	Суп овощной со сметаной	99	200
Огурец консервированный		40	Тефтели мясные к/м в соусе	461	90
Чай с сахаром	685	200	Рис припущенный	512	150
Хлеб ржано-пшен./ Хлеб пшен.		20/30	Капуста тушеная		60
			Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшен.		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
8 ноября 2022г вторник					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый		15	Рассольник по-Ленинградски, смет	132	200
Каша овсяная молочная с маслом	311	150/5	Котлеты рыбные «Любительские»	388	90
Чай с сахаром	685	200	Картофель отварной	203	150
Батон нарезной		40	Овощи тушеные		60
Фрукт консервированный		100	Компот из ягод б/з	647	180
			Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшен .		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
9 ноября 2022г среда					
Завтрак			Обед		
Вареники п/ф с карт. отв., маслом	357	200/10	Свекольник со сметаной		200
Икра кабачковая		40	Шницель мясной с маслом	451	90
Кофейный напиток	692	200	Каша гречневая рассыпчатая	297	150
Хлеб ржано-пшен./ Хлеб пшен.		20/30	Морковь тушеная	524	60
			Напиток из сухофруктов и шиповника	705	180
			Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
10 ноября 2022г четверг					
Завтрак			Обед		
Зап. рис. с творогом, соусом мол.	253	200/50	Суп картофельный		200
Какао с молоком	693	200	Голубцы «Любительские»		120
Хлеб ржано-пшен./ Хлеб пшен.		20/30	Макаронные изд. отварные	332	150
			Компот из изюма	638	180
			Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
11 ноября 2022г пятница					
Завтрак			Обед		
Тефтели рыбные с соусом	389	90	Щи из свежей капусты, сметана	124	200
Гороховое пюре	108	150	Жаркое по-домашнему	436	250
Огурец консервированный		20	Свекла тушеная с сыром		60
Чай с сахаром, лимоном	686	200	Кисель из концентрата	591	180
Хлеб ржано-пшен./ Хлеб пшен.		20/30	Хлеб пшеничный/ Хлеб ржано-пшен .		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 территории РФ, обучающихся в 1-4 классах и получающих двухразовое питание на 7-11 ноября 2022г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	ВЫХОД	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	ВЫХОД
7 ноября 2022г Понедельник					
Завтрак			Обед		
Тефтели мясные с соусом	394	90	Суп овощной со сметаной	99	200
Каша гречневая рассыпчатая	297	150	Котлеты мясные		90
Икра кабачковая		20	Макаронные изд. отварные с масл.	332	150
Чай с сахаром, лимоном	686	200	Капуста тушеная		60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30	Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
8 ноября 2022г Вторник					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый		15	Рассольник по-Ленинградски, смет.	132	200
Каша манная молочная с маслом	311	150/5	Тефтели мясные в соусе	461	90
Чай с сахаром	685	200	Картофельное пюре		150
Батон нарезной		40	Овощи тушеные	ТТК-5	60
Фрукт консервированный		100	Компот из ягод б/з	647	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
9 ноября 2022г среда					
Завтрак			Обед		
Омлет с маслом	340	200/10	Свекольник со сметаной	138	200
Кукуруза конс. терм. обр.		40	Рыба тушеная с овощами	374	90
Кофейный напиток	692	200	Гороховое пюре	108	150
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30	Огурец соленый		60
			Компот из смеси с/ф-тов, шип.	ТТК-3	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
10 ноября 2022г четверг					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый		15	Суп картофельный		200
Каша «Дружба» молочная с мас.	311	230/10	Жаркое по-домашнему	436	250
Чай с сахаром	685	200	Морковь тушеная	524	60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30	Компот из изюма	638	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30
Молоко		200	Стоимость рациона:		140,00
11 ноября 2022г пятница					
Завтрак			Обед		
Лапшевник с творогом, соус. мол.		200/50	Щи из св. капусты, сметана	124	200
Компот из смеси с/ф-тов гор. виде	639	200	Биточки мясные	451	90
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/30	Каша гречневая рассыпчатая с мас.	297	150
			Свекла тушеная с сыром		60
			Кисель из концентрата	591	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		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 территории РФ, обучающихся в 5-11 классах и получающих двухразовое питание на 7-11 ноября 2022г

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
7 ноября 2022г понедельник			
Завтрак		Обед	
Макаронные изделия с сыром, маслом	250	Суп овощной со сметаной	250
Огурец консервированный	50	Тефтели мясные в соусе	100
Чай с сахаром	200	Рис припущенный	180
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	20/30	Капуста тушеная	60
		Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00
8 ноября 2022г вторник			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый	15	Рассольник по-Ленинградски, сметана	250
Каша овсяная молочная с маслом	180/10	Котлеты рыбные «Любительские»	100
Чай с сахаром	200	Картофель отварной	180
Батон нарезной	50	Овощи тушеные	60
Фрукт консервированный	100	Компот из св/мороженных ягод	200
		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00
9 ноября 2022г среда			
Завтрак		Обед	
Вареники п/ф с карт. отв. с маслом	250/10	Свекольник со сметаной	250
Икра кабачковая	40	Шницель мясной	100
Кофейный напиток	200	Каша гречневая рассыпчатая	180
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	20/30	Морковь тушеная	60
		Компот из сухофруктов, шиповника	200
		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00
10 ноября 2022г четверг			
Завтрак		Обед	
Запеканка рисовая с творогом, соус. мол.	250/50	Суп картофельный	250
Какао с молоком	200	Голубцы «Любительские»	120
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	20/30	Макаронные изд. отварные	180
		Компот из изюма	200
		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00
11 ноября 2022г пятница			
Завтрак		Обед	
Тефтели рыбные в соусе	100	Щи из свежей капусты, сметана	250
Гороховое пюре	180	Жаркое по-домашнему	250
Огурец консервированный	20	Свекла тушеная с сыром	60
Чай с сахаром, лимоном	200	Кисель из концентрата	200
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	20/30	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	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 территории РФ, обучающихся в 5-11 классах, получающих двухразовое питание на 7-11 ноября 2022г

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
7 ноября 2022г Понедельник			
Завтрак		Обед	
Тефтели мясные в соусе	100	Суп овощной со сметаной	250
Каша гречневая рассыпчатая	180	Котлеты мясные	100
Икра кабачковая терм. обр.	20	Макаронные изд. отварные с маслом	180
Чай с сахаром, лимоном	200	Капуста тушеная	60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн	20/30	Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00
8 ноября 2022г Вторник			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый	15	Рассольник по-Ленинградски со смет.	250
Каша манная молочная с маслом	180/5	Тефтели мясные в соусе	100
Чай с сахаром	200	Картофельное пюре	180
Батон нарезной	50	Овощи тушеные	60
Фрукт консервированный	100	Компот из ягод б/з	200
		Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00
9 ноября 2022г среда			
Завтрак		Обед	
Омлет с маслом	230/10	Свекольник со сметаной	250
Кукуруза консервирован. терм. обр.	60	Рыба тушеная с овощами	100
Кофейный напиток	200	Гороховое пюре	180
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн	20/30	Огурец соленый	60
		Напиток из сухофруктов, шиповника	200
		Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00
10 ноября 2022г четверг			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый	15	Суп картофельный	250
Каша «Дружба» молочная с маслом	280/5	Жаркое по-домашнему	250
Чай с сахаром	200	Морковь тушеная	60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн	20/30	Компот из изюма	200
		Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00
11 ноября 2022г пятница			
Завтрак		Обед	
Лапшевник с творогом, соус. мол.	250/50	Щи из св. кап., сметаной	250
Компот из смеси сухофруктов в гор. виде	200	Биточки мясные	100
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн	20/30	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180
		Свекла тушеная с сыром	60
		Кисель из концентрата	200
		Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	20/30
Молоко	200	Стоимость рациона:	140,00

Бухгалтер

Повар-бригадир

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



Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ
обедов на 7-11 ноября 2022г.

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
7 ноября 2022г						
Понедельник						
Суп овощной, гов. отв., смет.	200/10/5	40,00	1,86	3,5	9	73
Котлеты мясные	90	70,00	15,04	13,68	11,9	207,2
Тефтели мясные в соусе	90/50	70,00	15,936	17,47	21,07	239,2
Рис припущенный с маслом	150/5	30,00	4,4	6	45,2	241
Цв капуста б/з тушеная с овощами	60	35,00	2,7	4,17	9,57	70,5
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
8 ноября 2022г						
Вторник						
Рассольник по-Ленинградски, гов. отв., см	200/10/5	40,00	1,7	4,2	12,3	96
Котлеты рыбные	90	65,00	17,04	12,2	12,6	205,6
Колбасные изделия отварные	90	70,00	7,52	10,0	0,64	40,64
Картофель отварной с маслом	150/5	35,00	3,6	6,5	25	201
Овощи тушеные	60	35,00	3,2	3,5	24,5	79,5
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
9 ноября 2022г						
Среда						
Свекольник, гов. отв., сметаной	200/10/5	40,00	2,44	8,6	10,9	110
Рыба тушеная с овощами	50/50	75,00	10,52	10,8	30,15	224
Шницель мясной	90	70,00	11,8	10,1	14,1	218,6
Гороховое пюре с маслом	150/5	20,00	12,67	9,78	42,5	246,8
Огурец консервированный	60	25,00	1,35	3,7	4,5	39,41
Компот из сухофруктов, шиповника	200	20,00	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
10 ноября 2022г						
Четверг						
Суп картофельный, гов. отв.	200/10	40,00	4,09	6,95	21,02	135,05
Голубцы ленивые	120	75,00	14,9	8,1	12,8	226,3
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	25,00	5,1	7,5	38,5	202,8
Морковь тушеная	60	30,00	3	6,08	5,57	88,08
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
11 ноября 2022г						
Пятница						
Щи из св. капусты со сметаной	200/10/5	40,00	1,41	4,7	6,8	75
Жаркое по-домашнему	250	85,00	18,8	20,1	20,3	339
Биточки мясные	90	70,00	10,45	11,1	11,1	186,18
Каша гречневая с маслом	150/5	30,00	8,7	8,8	52,6	279
Огурец консервированный	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

кач
Пит