

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 10-14 апреля 2023г.

Вариант 1

| Наименование блюд и изделий | № рецепт. | выход | Б | Ж | У | Ккал |
|-----------------------------------|-----------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| 10 апреля | | | | | | |
| Понедельник | | | | | | |
| Сыр твердый | | 15 | 3,9 | 3,99 | - | 51,5 |
| Каша молочная гречневая с маслом | 302 | 150/5 | 11,4 | 14,2 | 36,28 | 281,8 |
| Чай с сахаром | 685 | 200 | 0,06 | 0,02 | 13,5 | 54,0 |
| Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен. | | 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 | | | | |
| 11 апреля | | | | | | |
| 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 пшенично-ржаной/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 | | | | |
| 12 апреля | | | | | | |
| Среда | | | | | | |
| Запеканка с творогом, соусом 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 пшенично-ржаной/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 | | | | |
| 13 апреля | | | | | | |
| 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 пшенично-ржаной/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 | | | | |
| 14 апреля | | | | | | |
| Пятница | | | | | | |
| Сыр твердый, масло сливочное | | 15/10 | 3,9 | 3,99 | - | 51,5 |
| Каша пшеничная молочная с маслом | 311 | 220 | 9,3 | 15,2 | 54,03 | 352 |
| Чай с сахаром | 685 | 200 | 0,06 | 0,02 | 13,5 | 54,0 |
| Хлеб пшенично-ржаной/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 signature in blue ink.

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 10-14 апреля 2023г.

Вариант 2

| Наименование блюд и изделий | № рецепт. | выход | Б | Ж | У | Ккал |
|---------------------------------------|--------------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| 10 апреля | | | | | | |
| 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 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 |
| Стоимость рациона: | | 85,00 | | | | |
| 11 апреля | | | | | | |
| вторник | | | | | | |
| Запеканка рисовая с творог соус. мол. | 253 | 200/50 | 15,75 | 17,5 | 50,2 | 383,2 |
| Кисель из концентрата в горячем виде | 591 | 200 | 0 | 0 | 42,2 | 162 |
| 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 | | | | |
| 12 апреля | | | | | | |
| 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 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 | | | | |
| 13 апреля | | | | | | |
| 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 | | 20 | 0,42 | 1,62 | 1,9 | 27,4 |
| Чай с сахаром, лимоном | 686 | 200 | 0,3 | 0,04 | 13,5 | 60 |
| Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный | | 20/30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 |
| Молоко | | 200 | 5,6 | 6,4 | 8,2 | 112 |
| Стоимость рациона: | | 85,00 | | | | |
| 14 апреля | | | | | | |
| 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 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

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 10-14 апреля 2023г.

Вариант 1

| Наименование блюд и изделий | № рецпт. | выход | Наименование блюд и изделий | № рецпт. | выход |
|----------------------------------|----------|--------|-------------------------------------|----------|---------------|
| 10 апреля Понедельник | | | | | |
| Завтрак | | | Обед | | |
| Сыр твердый | | 15 | Суп картофельный с рисом | 138 | 200 |
| Каша молочная гречневая с маслом | 302 | 150/5 | Котлеты мясные запеченные | 451 | 90 |
| Чай с сахаром | 685 | 200 | Макарон. изд. отварные с маслом | 332 | 150 |
| Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 | Икра кабачковая | | 60 |
| Фрукт консервированный | | 100 | Компот из сухофруктов | 639 | 180 |
| | | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 140,00 |
| 11 апреля вторник | | | | | |
| Завтрак | | | Обед | | |
| Омлет с маслом | 340 | 200/10 | Борщ с карт., 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 пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 | Огурец, консервированный | | 60 |
| | | | Кисель из концентрата | 591 | 180 |
| | | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 140,00 |
| 12 апреля среда | | | | | |
| Завтрак | | | Обед | | |
| Зап. творожная с соусом мол. | 272 | 200/50 | Суп картофельный с горохом | 139 | 200 |
| Какао на молоке | 693 | 200 | Котлета Домашняя | 453 | 90 |
| Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 | Картофельное пюре с маслом | 520 | 150 |
| | | | Овощи тушеные | 536 | 60 |
| | | | Сок | 705 | 180 |
| | | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 140,00 |
| 13 апреля четверг | | | | | |
| Завтрак | | | Обед | | |
| Тефтели мясные в соусе | 462 | 90 | Борщ с карт. (свекольник), 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 пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 140,00 |
| 14 апреля пятница | | | | | |
| Завтрак | | | Обед | | |
| Сыр твердый, масло слив. | | 15/10 | Суп картофельный с макарон. изд. | 140 | 200 |
| Каша пшеничная молочная с маслом | 311 | 220 | Биточки рыбные | | 90 |
| Чай с сахаром | 685 | 200 | Гороховое пюре с маслом | 108 | 150 |
| Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 | Морковь тушеная | 524 | 60 |
| | | | Кисель из ягод б/з | 592 | 180 |
| | | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 140,00 |

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

наз
Е.В. Козырева

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ

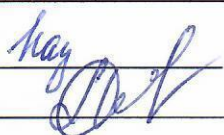
для детей с ОВЗ и детей-инвалидов; граждан РФ, Украины, ДНР, ЛНР, вынужденно покинувших территории и экстренно прибывших на территорию РФ, обучающихся в 1-4 классах, получающих двухразовое питание на 10-14 апреля 2023г.

Вариант 2

| Наименование блюд и изделий | № рецепт. | выход | Наименование блюд и изделий | № рецепт. | выход |
|------------------------------------|-----------|--------|-------------------------------------|-----------|---------------|
| 10 апреля 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 пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 | Смесь мексиканская б/з | ТТК | 60 |
| Фрукт консервированный | | 100 | Компот из сухофруктов | 639 | 180 |
| | | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 140,00 |
| 11 апреля 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 пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 | Картофельное пюре с маслом | 520 | 150 |
| | | | Огурец консервированный | | 60 |
| | | | Компот из ягод б/з | 647 | 180 |
| | | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 140,00 |
| 12 апреля 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 пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 | Каша гречневая рассыпчатая | 297 | 150 |
| | | | Морковь тушеная | 524 | 60 |
| | | | Сок | 705 | 180 |
| | | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 140,00 |
| 13 апреля четверг | | | | | |
| Завтрак | | | Обед | | |
| Биточки мясные паровые | 451 | 90 | Борщ с карт. (свекольник), сметаной | 82 | 200 |
| Каша ячневая с маслом | 297 | 150 | Рыба, припущенная с овощами | 371 | 90 |
| Икра кабачковая | | 20 | Гороховое пюре с маслом | 108 | 150 |
| Чай с сахаром, лимоном | 686 | 200 | Огурец консервированный | | 60 |
| Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 | Кисель ягоды б/з | 592 | 180 |
| | | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 |
| Молоко | | 200 | Стоимость рациона: | | 140,00 |
| 14 апреля 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 пшенично-ржаной /Хлеб пшен | | 20/30 | Компот из ягод б/з | 647 | 200 |
| | | | 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 территорию РФ, обучающихся в 5-11 классах, получающих двухразовое питание на 10-14 апреля 2023г.

Вариант 1

| Наименование блюд и изделий | выход | Наименование блюд и изделий | выход |
|----------------------------------|--------|-------------------------------------|---------------|
| 10 апреля 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 пшенично-ржаной /Хлеб пшен. | 20/30 | Икра кабачковая | 60 |
| Фрукт консервированный | 100 | Компот из сухофруктов | 200 |
| | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн | 20/30 |
| Молоко | 200 | Стоимость рациона: | 140,00 |
| 11 апреля вторник | | | |
| Завтрак | | Обед | |
| Омлет с маслом | 230/10 | Борщ с карт., св. кап., сметаной | 250 |
| Зеленый горошек конс. тер. обр. | 60 | Рыба, припущенная с овощами | 100 |
| Кофейный напиток | 200 | Рис отварной | 180 |
| Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен. | 20/30 | Огурец, консервированный | 60 |
| | | Кисель из концентрата | 200 |
| | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн | 20/30 |
| Молоко | 200 | Стоимость рациона: | 140,00 |
| 12 апреля среда | | | |
| Завтрак | | Обед | |
| Запеканка с творогом, соус мол. | 250/50 | Суп картофельный с горохом | 250 |
| Какао на молоке | 200 | Котлета Домашняя | 100 |
| Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен. | 20/30 | Картофельное пюре с маслом | 180 |
| | | Овощи тушеные | 60 |
| | | Сок | 200 |
| | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн | 20/30 |
| Молоко | 200 | Стоимость рациона: | 140,00 |
| 13 апреля четверг | | | |
| Завтрак | | Обед | |
| Тефтели мясные в соусе | 100 | Борщ с карт. (свекольник), 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 пшенично-ржаной /Хлеб пшен. | 20/30 | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн | 20/30 |
| Молоко | 200 | Стоимость рациона: | 140,00 |
| 14 апреля пятница | | | |
| Завтрак | | Обед | |
| Сыр твердый, масло сливочное | 15/10 | Суп картофельный с макарон. изд. | 250 |
| Каша пшеничная молочная с маслом | 270 | Биточки рыбные | 100 |
| Чай с сахаром | 200 | Гороховое пюре с маслом | 180 |
| Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен. | 20/30 | Морковь тушеная | 60 |
| | | Кисель из ягод б/з | 200 |
| | | 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 территорию РФ, обучающихся в 5-11 классах, получающих двухразовое питание на 10-14 апреля 2023г.

Вариант 2

| Наименование блюд и изделий | выход | Наименование блюд и изделий | выход |
|--|--------|--------------------------------------|---------------|
| 10 апреля 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 пшенично-ржаной /Хлеб пшенич | 20/30 | Смесь Мексиканская б/з | 60 |
| Фрукт консервированный | 100 | Компот из сухофруктов | 200 |
| | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный | 20/30 |
| Молоко | 200 | Стоимость рациона: | 140,00 |
| 11 апреля 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 пшенично-ржаной /Хлеб пшенич | 20/30 | Картофельное пюре с маслом | 180 |
| | | Огурец консервированный | 60 |
| | | Компот из ягод б/з | 200 |
| | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный | 20/30 |
| Молоко | 200 | Стоимость рациона: | 140,00 |
| 12 апреля Среда | | | |
| Завтрак | | Обед | |
| Вареники п/ф отварные с маслом | 290/10 | Суп картофельный с горохом | 250 |
| Какао | 200 | Тефтели мясные в соусе | 100 |
| Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный | 20/30 | Каша гречневая рассыпчатая | 180 |
| | | Морковь тушеная | 60 |
| | | Сок | 200 |
| | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный | 20/30 |
| Молоко | 200 | Стоимость рациона: | 140,00 |
| 13 апреля Четверг | | | |
| Завтрак | | Обед | |
| Биточки мясные паровые | 100 | Борщ с карт. (свекольник), сметаной | 250 |
| Каша ячневая с маслом | 180 | Рыба, припущенная с овощами | 100 |
| Икра кабачковая | 20 | Гороховое пюре | 180 |
| Чай с сахаром, лимоном | 200 | Огурец консервированный | 60 |
| Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшенич | 20/30 | Кисель ягоды б/з | 200 |
| | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный | 20/30 |
| | | Стоимость рациона: | 140,00 |
| 14 апреля 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 пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный | 20/30 | Компот из ягод б/з | 200 |
| | | Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный | 20/30 |
| Молоко | 200 | Стоимость рациона: | 140,00 |

Бухгалтер _____ *has*

Повар-бригадир _____ *С.В.*

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

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 по столовой на 10-14 апреля 2023г.

Вариант 1

| Наименование блюд и изделий | № рецепт. | выход | Б | Ж | У | Ккал |
|-------------------------------------|-----------|--------------|-------|-------|-------|--------|
| 10 апреля | | | | | | |
| 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 | | 60 | 0,56 | 2,16 | 3,92 | 36,56 |
| Компот из сухофруктов | 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 |
| Стоимость рациона: | | 85,00 | | | | |
| 11 апреля | | | | | | |
| Вторник | | | | | | |
| 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 пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный | | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | | 85,00 | | | | |
| 12 апреля | | | | | | |
| Среда | | | | | | |
| Котлета Домашняя | 453 | 100 | 12,75 | 16,4 | 11,1 | 285 |
| Картофельное пюре с маслом | 520 | 180 | 6,07 | 9,84 | 60,48 | 284,7 |
| Овощи тушеные | 536 | 60 | 1,76 | 1,67 | 5,16 | 34,3 |
| Напиток из шиповника | 638 | 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 | | | | |
| 13 апреля | | | | | | |
| Четверг | | | | | | |
| Плов | 443 | 250 | 24,0 | 20,1 | 69,75 | 503,25 |
| Зеленый горошек терм. обр. | | 60 | 1,8 | 0,28 | 4,38 | 34,8 |
| Компот из св/мороженой ягод | 647 | 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 | | | | |
| 14 апреля | | | | | | |
| Пятница | | | | | | |
| Биточки рыбные | 468 | 100 | | | | |
| Гороховое пюре с маслом | 108 | 180 | 17,6 | 6,9 | 41,35 | 289,94 |
| Морковь тушеная | 524 | 60 | 3,0 | 6,08 | 5,57 | 88,08 |
| Кисель из ягод б/з | 592 | 200 | 0 | 0 | 33,8 | 142 |
| Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный | | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | | 85,00 | | | | |

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signatures in blue ink.

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 10-14 апреля 2023г.

Вариант 2

| Наименование блюд и изделий | № рецепт. | выход | Б | Ж | У | Ккал |
|------------------------------------|-----------|-------|--------|-------|-------|--------|
| 10 апреля | | | | | | |
| Понедельник | | | | | | |
| Биточки мясные | 452 | 100 | 14,875 | 17,57 | 13,8 | 269,50 |
| Капуста тушеная | 534 | 180 | 6,9 | 9,0 | 34,2 | 169,2 |
| Смесь Мексиканская б/з | ТТК | 60 | | | | |
| Компот из сухофруктов | 639 | 200 | 1,04 | 0,27 | 42,53 | 176,7 |
| Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич. | | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | | 85,00 | | | | |
| 11 апреля | | | | | | |
| Вторник | | | | | | |
| 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 | | 60 | 0 | 0 | 0,9 | 3,6 |
| Кисель из концентрата | 591 | 200 | 0 | 0 | 42,2 | 162 |
| Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич. | | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | | 85,00 | | | | |
| 12 апреля | | | | | | |
| Среда | | | | | | |
| Тефтели мясные в соусе | 464 | 100 | 14,875 | 16,5 | 19,5 | 286,50 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 297 | 180 | 10,44 | 9,36 | 51,12 | 334,8 |
| Морковь тушеная | 524 | 60 | 3,0 | 6,08 | 5,57 | 88,08 |
| Компот из изюма | 638 | 200 | 0,36 | 0,24 | 0,6 | 65,52 |
| Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич. | | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | | 85,00 | | | | |
| 13 апреля | | | | | | |
| 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 | | 60 | 0 | 0 | 0,9 | 3,6 |
| Компот из ягод б/з | 647 | 200 | 0,4 | 0 | 35,4 | 140 |
| Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич. | | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | | 85,00 | | | | |
| 14 апреля | | | | | | |
| Пятница | | | | | | |
| Плов | 443 | 250 | 24,0 | 20,1 | 69,75 | 503,25 |
| Овощи тушеные | 536 | 60 | 1,76 | 1,67 | 5,16 | 34,3 |
| Кисель ягоды б/з | 592 | 200 | 0 | 0 | 33,8 | 142 |
| Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич. | | 20/30 | 3,26 | 0,53 | 15,12 | 115,73 |
| Стоимость рациона: | | 85,00 | | | | |

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signature

МЕНЮ
 на 10-14 апреля 2023г

| Наименование блюд и изделий | выход | цена | Б | Ж | У | Ккал |
|---|----------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 10 апреля | | | | | | |
| 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 |
| 11 апреля | | | | | | |
| Вторник | | | | | | |
| Борщ с карт., 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 |
| 12 апреля | | | | | | |
| 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 | 90 | 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 |
| 13 апреля | | | | | | |
| 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 | 50/50 | 75,00 | 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 | 25,00 | 0,4 | 0 | 35,4 | 140 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 3,00 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 70,14 |
| 14 апреля | | | | | | |
| 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 | 25,00 | 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 _____

май
