

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 25-29 декабря 2023г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
25 декабря						
Понедельник						
Сыр твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Каша молочная гречневая с маслом	302	150/10	11	15	25	228
Чай с сахаром	685	200	0,1	0,03	9,9	35,0
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Фрукт консервированный		100	0,2	0	15	115
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		95,00				
26 декабря						
Вторник						
Омлет с маслом	340	200/10	11,46	17,6	16,4	284,3
Зеленый горошек конс. тер. обр.		40	1,8	0,28	14,38	34,8
Кофейный напиток	692	200	2,4	2,4	18,5	109
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		95,00				
27 декабря						
Среда						
Запеканка с творогом, соусом мол.	272	200/50	15	18,2	46,25	342
Какао на молоке	693	200	2,3	2,5	13,7	88
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		95,00				
28 декабря						
Четверг						
Тефтели мясные в соусе	462	90	10,6	9,3	13,48	181,9
Макарон изд. отварные	332	150	4,1	7,5	38,5	202,8
Огурец консервированный		20	0	0	1,2	2,8
Чай с сахаром, лимоном	686	200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		95,00				
29 декабря						
Пятница						
Сыр твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Каша пшеничная молочная с маслом	311	150/10	9,3	15,2	52,03	292,6
Чай с сахаром	685	200	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Фрукт консервированный		100	0,2	0	12	50
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		95,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signature

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 на 25-29 декабря 2023г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
25 декабря						
Понедельник						
Котлеты мясные запеченные	451	100	12,8	14,6	10,59	236
Макаронные изд. отварные с маслом	332	180	5,1	9,0	36,5	202,8
Икра кабачковая		60	0,56	2,16	3,92	36,56
Компот из сухофруктов	639	200	1,04	0,27	27,5	107
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		95,00				
26 декабря						
Вторник						
Рыба, припущенная с овощами	374	120	15,52	13,66	6,4	191,2
Рис отварной	465	180	3,65	6,44	36,5	209,8
Огурец, консервированный		30	0	0	0,9	3,6
Кисель из концентрата	591	200	0	0	42,2	162
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		95,00				
27 декабря						
Среда						
Котлета Домашняя	453	100	9,2	13,1	8,88	208
Картофельное пюре с маслом	520	180	4,7	7,6	18,2	174,6
Овощи тушеные	536	60	4,5	4,5	6,37	50,3
Напиток из шиповника	638	200	0,6	0,3	27	111
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		95,00				
28 декабря						
Четверг						
Плов	443	250	18,37	18,59	42,4	436,6
Зеленый горошек терм. обр.		60	1,8	0,4	4,38	38,8
Компот из св/мороженых ягод	647	200	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		95,00				
29 декабря						
Пятница						
Биточки рыбные	468	120	10,9	15,7	10,3	207,2
Гороховое пюре с маслом	108	180	8,67	7,98	34,46	140,62
Морковь тушеная	524	60	0,54	3,84	4,94	38
Кисель из ягод б/з	592	200	0,5	0	23,8	76
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		95,00				

Бухгалтер _____ *May*

Повар-бригадир _____ *Deef*

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; дети лиц, добровольно принимавших участие в боевых действиях, ставших инвалидами или погибших, обучающихся в 1-4 классах, получающих двухразовое питание на 25-29 декабря 2023г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
25 декабря 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	150/5
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		20/35	Икра кабачковая		60
Фрукт консервированный		100	Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
26 декабря 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		20/35	Огурец, консервированный		60
			Сок		180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
27 декабря 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		20/35	Картофельное пюре с маслом	520	150/5
			Овощи тушеные	536	60
			Напиток из плодов шиповника	705	180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
28 декабря 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		20/35	Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
29 декабря пятница					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый		15	Суп картофельный с макарон. изд.	140	200
Каша пшеничная молочная с маслом	311	150/10	Биточки рыбные		90
Чай с сахаром	685	200	Гороховое пюре с маслом	108	150/5
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		20/35	Морковь тушеная	524	60
Фрукт консервированный		100	Кисель из ягод б/з	592	180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signatures of the accountant and chef.



МЕНЮ

для детей с ОВЗ и детей-инвалидов; граждан РФ, Украины, ДНР, ЛНР, вынужденно покинувших территории и экстренно прибывших на территорию РФ; дети лиц, добровольно принимавших участие в боевых действиях, ставших инвалидами или погибших, обучающихся в 5-11 классах, получающих двухразовое питание на 25-29 декабря 2023г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
25 декабря Понедельник			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый	20	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.	30/50	Икра кабачковая	60
Фрукт консервированный	100	Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
26 декабря вторник			
Завтрак		Обед	
Омлет с маслом	200/10	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.	30/50	Огурец, консервированный	60
		Сок	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
27 декабря среда			
Завтрак		Обед	
Запеканка с творогом, соус мол.	220/50	Суп картофельный с горохом	250
Какао на молоке	200	Котлета Домашняя	100
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	30/50	Картофельное пюре с маслом	180
		Овощи тушеные	60
		Напиток из плодов шиповника	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
28 декабря 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/мороженых ягод	200
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	30/50	Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
29 декабря пятница			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый	20	Суп картофельный с макарон. изд.	250
Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	Биточки рыбные	100
Чай с сахаром	200	Гороховое пюре с маслом	180
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	30/50	Морковь тушеная	60
Фрукт консервированный	100	Кисель из ягод б/з	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00

Бухгалтер _____
 Повар-бригадир _____



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

Утверждаю
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

для детей чьи родители (законные представители) являются участниками СВО, а также призваны на военную службу по мобилизации в ВС РФ, обучающихся в 1-4 классах на 25-29 декабря 2023г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
25 декабря понедельник						
Котлеты мясные запеченные	451	90	12,8	13,12	10,59	208
Макарон. изд. отварные с маслом	332	150/5	4,1	7,5	36,5	202,8
Икра кабачковая		60	0,56	2,16	3,92	36,56
Компот из сухофруктов	639	180	1,04	0,7	27,5	107
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52	6,77	1,01	30,36	211,86
Стоимость рациона:		85,00				
26 декабря вторник						
Рыба, припущенная с овощами	374	90	10,6	10,5	5,6	112
Рис отварной	465	150	4,4	5,3	36,2	241
Огурец, консервированный		60	0	0	0,9	3,6
Кисель		180	0,5	0	23,8	76
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52	6,77	1,01	30,36	211,86
Стоимость рациона:		85,00				
27 декабря среда						
Котлета Домашняя	453	90	10,2	13,12	8,88	202
Картофельное пюре с маслом	520	150/5	3,7	6,3	18,4	148
Овощи тушеные	536	60	3,54	3,34	6,37	48,6
Напиток из плодов шиповника	705	180	0,6	0,3	27	111
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52	6,77	1,01	30,36	211,86
Стоимость рациона:		85,00				
28 декабря четверг						
Плов	443	200	15,2	16,1	42,8	390,6
Зеленый горошек терм. обр.		60	1,8	0,28	4,38	34,8
Компот из св/мороженых ягод	647	200	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52	6,77	1,01	30,36	211,86
Стоимость рациона:		85,00				
29 декабря пятница						
Биточки рыбные	388	90	10,9	14,2	10,3	202
Гороховое пюре с маслом	108	150/5	8,67	6,98	34,46	205,6
Морковь тушеная	524	60	0,54	2,84	4,94	38
Кисель из ягод б/з	592	180	0,5	0	23,8	76
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52	6,77	1,01	30,36	211,86
Стоимость рациона:		85,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signature

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



Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

для детей, чьи родители (законные представители) являются участниками СВО, а также призваны на военную службу по мобилизации в ВС РФ, обучающихся в 5-11 классах на 25-29 декабря 2023г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
25 декабря						
Понедельник						
Котлеты мясные запеченные	451	100	12,8	14,6	10,59	236
Макаронные изд. отварные с маслом	332	180	5,1	9,0	36,5	202,8
Икра кабачковая		60	0,56	2,16	3,92	36,56
Компот из сухофруктов	639	200	1,04	0,27	27,5	107
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		85,00				
26 декабря						
Вторник						
Рыба, припущенная с овощами	374	120	15,52	13,66	6,4	191,2
Рис отварной	465	180	3,65	6,44	36,5	209,8
Огурец, консервированный		30	0	0	0,9	3,6
Кисель из концентрата	591	200	0	0	42,2	162
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		85,00				
27 декабря						
Среда						
Котлета Домашняя	453	100	9,2	13,1	8,88	208
Картофельное пюре с маслом	520	180	4,7	7,6	18,2	174,6
Овощи тушеные	536	60	4,5	4,5	6,37	50,3
Напиток из шиповника	638	200	0,6	0,3	27	111
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		85,00				
28 декабря						
Четверг						
Плов	443	250	18,37	18,59	42,4	436,6
Зеленый горошек терм. обр.		60	1,8	0,4	4,38	38,8
Компот из св/мороженых ягод	647	200	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		85,00				
29 декабря						
Пятница						
Биточки рыбные	468	120	10,9	15,7	10,3	207,2
Гороховое пюре с маслом	108	180	8,67	7,98	34,46	140,62
Морковь тушеная	524	60	0,54	3,84	4,94	38
Кисель из ягод б/з	592	200	0,5	0	23,8	76
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		85,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

May
Shef

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

Утверждаю:
 ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ
 на 25-29 декабря 2023г

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
25 декабря						
Понедельник						
Суп картофельный с рисом, гов. отв.	250	40,00	2,4	2,17	9,69	68,6
Биточки мясные паровые	90	80,00	11,9	14,06	11,04	215,6
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	25,00	5,1	7,5	36,5	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
26 декабря						
Вторник						
Борщ с карт., св. кап., гов. отв., сметаной	250	45,00	2,44	8,6	10,9	110,0
Рыба припущенная	120	105,00	15,52	13,66	6,4	191,2
Вареники п/ф отварные с маслом	200/10	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	36,5	209,8
Огурец консервированный	60	25,00	0	0	1,8	7,2
Кисель из концентрата	200	15,00	0	0	42,2	162
Сок	200	35,00	1,0	0,2	20,20	86,6
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
27 декабря						
Среда						
Суп карт. с горохом, гов. отв.	250	45,00	4,39	5,3	28,22	118,6
Котлета Домашняя	90	80,00	9,2	13,1	8,88	208
Тефтели мясные в соусе	60	55,00	10,6	9,3	13,48	181,9
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	25,00	5,1	7,5	36,5	202,8
Каша гречневая с маслом	150/5	30,00	8,7	7,8	42,6	279
Овощи тушеные	60	35,00	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
28 декабря						
Четверг						
Борщ с карт. (свекольник) гов. отв., см	250	45,00	1,44	10,93	9,74	109,0
Рыба тушеная с овощами	120	105,00	10,52	10,8	30,15	224
Плов	200	95,00	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	25,00	0	0	1,8	7,2
Компот из св/мороженных ягод	200	25,00	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
29 декабря						
Пятница						
Суп карт. с макаронными изд., гов. отв.	250	40,00	2,15	2,7	14,96	94,6
Котлеты рыбные	100	80,00	10,9	15,7	10,3	207,2
Картофельное пюре с маслом	150/5	35,00	5,06	8,2	50,4	237,25
Морковь тушеная	60	25,00	0,54	3,84	4,94	38
Компот из ягод б/з	200	25,00	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____