

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 9-12 января 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
9 января						
Вторник						
Макаронные изделия с сыром, маслом	394	210	15,5	18,6	49,7	389,2
Икра кабачковая		40	0,56	2,16	3,92	36,56
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
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		95,00				
10 января						
Среда						
Сыр, твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Каша молочная овсяная с маслом	311	150/5	8,6	13,75	29,7	191,6
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
Фрукт консервированный		100	0,2	0	11,5	76
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		95,00				
11 января						
Четверг						
Запеканка рисовая с творогом, соус. мол.	253	200/50	13	18	40	318
Какао на молоке	693	200	2,4	1,6	19,4	112,5
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				
12 января						
Пятница						
Вареники п/ф отварные с маслом	357	150/5	14,5	18,8	38,9	344,5
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	11,5	49
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		95,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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



Утверждаю:
ИИ 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 9-12 января 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
9 января					
Вторник					
Тефтели мясные	100	12,04	14,66	10,48	205,6
Рис припущенный	180	4,4	7,2	34	221
Капуста тушеная	60	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из сухофруктов	200	0,4	0	25,4	110
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
10 января					
Среда					
Котлеты рыбные «Любительские»	100	15,04	13,8	16,3	215,6
Гороховое пюре с маслом	180	6,67	9,85	39,7	242,8
Овощи тушеные	60	1,8	1,28	3,38	36,8
Компот из св/мороженных ягод	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				
11 января					
Четверг					
Голубцы «Любительские»	120	14,6	11,2	12,8	206,3
Макаронные изд. отварные	180	4,8	9,8	38,5	225,8
Компот из изюма	200	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
12 января					
Пятница					
Шницель мясной	100	11,8	10,5	17,4	201,3
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	8,7	10,5	52,2	254
Морковь тушеная	60	0,42	1,62	2,9	27,4
Компот из сухофруктов, шиповника	200	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

ИИ
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 территории РФ; для детей лиц, добровольно принимавших участие в боевых действиях, ставших инвалидами или погибших, обучающихся в 1-4 классах, получающих двухразовое питание на 9-12 января 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
9 января вторник					
Завтрак			Обед		
Макаронные изд. с сыром, маслом	394	210	Суп овощной со сметаной	124	200
Икра кабачковая		40	Тефтели мясные к/м в соусе	461	90
Чай с сахаром	685	200	Рис припущенный	512	150
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/35	Капуста тушеная		60
			Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		28/52
		200	Стоимость рациона:		160,00
Молоко			10 января среда		
Завтрак			Обед		
Сыр твердый		15	Рассольник по-Ленинградски, смет	132	200
Каша овсяная молочная с маслом	311	150/5	Котлеты рыбные «Любительские»	388	90
Кофейный напиток	692	200	Картофель отварной с маслом		150/5
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/35	Овощи тушеные		60
Фрукт консервированный		100	Компот из ягод б/з	647	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		28/52
		200	Стоимость рациона:		160,00
Молоко			11 января четверг		
Завтрак			Обед		
Зап. рис. с творогом, соусом мол.	253	200/50	Уха рыбацкая		200
Какао с молоком	693	200	Голубцы «Любительские»		120
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/35	Макаронные изд. отварные	332	150
			Сок		180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		28/52
		200	Стоимость рациона:		160,00
Молоко			12 января пятница		
Завтрак			Обед		
Вареники п/ф отв., маслом	357	150/5	Борщ с картофелем, сметаной		200
Чай с сахаром	685	200	Шницель мясной	451	90
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/35	Каша гречневая рассыпчатая с масл.	297	150/5
Фрукт консервированный		100	Морковь тушеная	524	60
			Компот из с/ф-ов и шиповника	705	180
		100	Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		28/52
Молоко			Стоимость рациона:		160,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

наз
Шеф

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; детей лиц, добровольно принимавших участие в боевых действиях, ставших инвалидами или погибших, обучающихся в 5-11 классах, получающих двухразовое питание на 9-12 января 2024г

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
9 января вторник			
Завтрак		Обед	
Макаронные изделия с сыром, маслом	250	Суп из овощей, сметаной	250
Икра кабачковая	50	Тефтели мясные в соусе	100
Чай с сахаром	200	Рис припущенный	180
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	30/50	Капуста тушеная	60
		Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
10 января среда			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый	20	Рассольник Ленинградский со сметаной	250
Каша овсяная молочная с маслом	180/10	Котлеты рыбные «Любительские»	100
Кофейный напиток	200	Картофель отварной с маслом	180
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	30/50	Овощи тушеные	60
Фрукт консервированный	100	Компот из св/мороженных ягод	200
		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
11 января четверг			
Завтрак		Обед	
Запеканка рисовая с творогом, соус. мол.	250/50	Уха рыбацкая	250
Какао с молоком	200	Голубцы «Любительские»	120
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	30/50	Макаронные изд. отварные	180
		Сок	200
		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
12 января пятница			
Завтрак		Обед	
Вареники п/ф отв. с маслом	200/10	Борщ с картофелем сметаной	250
Чай с сахаром	200	Шницель мясной	100
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	30/50	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180
Фрукт консервированный	100	Морковь тушеная	60
		Компот из сухофруктов, шиповника	200
		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signature in blue ink.

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



Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

для обучающихся 1-4 классов, чьи родители (законные представители) являются участниками СВО, а также призваны на военную службу по мобилизации в ВС РФ на 9-12 января 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
9 января					
Вторник					
Тефтели мясные	90	12,04	14,66	10,48	205,6
Рис припущенный	150	4,4	7,2	34	221
Капуста тушеная	60	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из сухофруктов	180	0,4	0	25,4	110
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	85,00				
10 января					
Среда					
Котлеты рыбные «Любительские»	90	15,04	13,8	16,3	215,6
Гороховое пюре с маслом	150	6,67	9,85	39,7	242,8
Овощи тушеные	60	1,8	1,28	3,38	36,8
Компот из св/мороженных ягод	180	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	85,00				
11 января					
Четверг					
Голубцы «Любительские»	120	14,6	11,2	12,8	206,3
Макаронные изд. отварные	150	4,8	9,8	38,5	225,8
Компот из изюма	180	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	85,00				
12 января					
Пятница					
Шницель мясной	90	11,8	10,5	17,4	201,3
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,7	10,5	52,2	254
Морковь тушеная	60	0,42	1,62	2,9	27,4
Компот из сухофруктов, шиповника	180	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	85,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

кач
Евф

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



Утверждаю:
 ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

для обучающихся 5-11 классов, чьи родители (законные представители) являются участниками СВО, а также призваны на военную службу по мобилизации в ВС РФ на 9-12 января 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
9 января					
Вторник					
Тефтели мясные	100	12,04	14,66	10,48	205,6
Рис припущенный	180	4,4	7,2	34	221
Капуста тушеная	60	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из сухофруктов	200	0,4	0	25,4	110
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	85,00				
10 января					
Среда					
Котлеты рыбные «Любительские»	100	15,04	13,8	16,3	215,6
Гороховое пюре с маслом	180	6,67	9,85	39,7	242,8
Овощи тушеные	60	1,8	1,28	3,38	36,8
Компот из св/мороженных ягод	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				
11 января					
Четверг					
Голубцы «Любительские»	120	14,6	11,2	12,8	206,3
Макаронные изд. отварные	180	4,8	9,8	38,5	225,8
Компот из изюма	200	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	85,00				
12 января					
Пятница					
Шницель мясной	100	11,8	10,5	17,4	201,3
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	8,7	10,5	52,2	254
Морковь тушеная	60	0,42	1,62	2,9	27,4
Компот из сухофруктов, шиповника	200	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	85,00				

Бухгалтер _____ *наз*

Повар-бригадир _____ *Шеф*

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



Утверждаю:
 ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ
 обедов на 9-12 января 2024г.

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
9 января						
Вторник						
Суп из овощей со сметаной, гов. отв.	250	45,00	1,82	4,16	9	75
Котлеты мясные	90	80,00	9,2	13,1	8,88	208
Колбасные изделия отварные	90	75,00	7,52	10,0	0,64	40,64
Рис припущенный с маслом	150/5	30,00	3,65	6,44	34	209,8
Цв капуста б/з тушеная с овощами	60	35,00	2,7	4,17	9,57	70,5
Компот из сухофруктов	200	20,00	0,4	0	25,4	110
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,1	0,3	12,42	66,9
10 января						
Среда						
Рассольник Ленинградский, гов. отв., см	250	45,00	1,7	7,8	12,3	102
Котлета рыбная «Любительская»	100	80,00	15,04	13,8	16,3	215,6
Тефтели мясные в соусе	60	55,00	12,04	14,66	10,48	205,6
Картофель отварной с маслом	150/5	35,00	3,6	6,5	25	201
Овощи тушеные	60	35,00	1,8	1,28	3,38	36,8
Компот из ягод б/з	200	25,00	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,1	0,3	12,42	66,9
11 января						
Четверг						
Уха рыбацкая	250	40,00	2,5	10,3	10,9	125
Вареники п/ф отварные с маслом	200/10	70,00	15,2	21,9	43,8	387
Голубцы ленивые	120	85,00	14,6	11,2	12,8	206,3
Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	25,00	5,1	7,5	36,5	202,8
Морковь тушеная	60	25,00	0,54	3,84	4,94	38
Компот из изюма	200	20,00	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,1	0,3	12,42	66,9
12 января						
Пятница						
Борщ с карт. (свекольник), гов. отв., смет.	250	45,00	1,59	7	12,5	95
Рыба тушеная с овощами	120	105,00	15,52	13,66	6,4	191,2
Шницель мясной	100	100,00	11,8	10,5	17,4	201,3
Гороховое пюре с маслом	150/5	20,00	6,67	9,85	39,7	242,8
Огурец консервированный	60	25,00	0	0	0,6	2,4
Компот из сухофруктов, шиповника	200	20,00	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,1	0,3	12,42	66,9

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signature in blue ink, likely belonging to the chef or accountant.