

Согласовано
 Директор МАОУ «СОИ № 19 «Выбор» НГО



Утверждаю:
 ИИ Козырева Е.В.



МЕНЮ

по типу **завтраков** для детей, обучающихся в 1-4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов) на 29 января-2 февраля 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
29 января						
Понедельник						
Сыр твердый, масло сливочное		15/10	3,9	3,99	-	51,5
Каша молочная гречневая с маслом	302	200/10	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
Печенье		20				
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		95,00				
30 января						
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				
31 января						
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				
1 февраля						
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				
2 февраля						
Пятница						
Сыр твердый, масло сливочное		15/10	3,9	3,99	-	51,5
Каша пшеничная молочная с маслом	311	150/5	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	15	115
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		95,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signature



Согласовано
Директор МБОУ «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 29 января-2 февраля 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
29 января						
понедельник						
Сыр твердый, масло сливочное		15/10	3,9	3,99	-	51,5
Суп молочный вермишелевый	161	250	11,5	12,6	26,3	217,8
Чай с сахаром	685	200	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		95,00				
30 января						
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		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		95,00				
31 января						
среда						
Вареники п/ф отварные с маслом	672	240/10	12,25	16,05	43,25	327,50
Какао с молоком	693	200	2,3	2,5	13,7	88
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		95,00				
1 февраля						
четверг						
Биточки мясные	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	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		95,00				
2 февраля						
пятница						
Сыр твердый, масло сливочное		15/10	3,9	3,99	-	51,5
Каша манная молочная с маслом		150/5				
Кофейный напиток	692	200	2,4	2,4	18,5	109
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный		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
Стоимость рациона:		95,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

кач
Фед

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 29 января-2 февраля 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецпт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
29 января						
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 св/мороженой 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				
30 января						
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
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				
31 января						
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
Свекла тушеная		60				
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				
1 февраля						
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/мороженой 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				
2 февраля						
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 _____

Повар-бригадир _____

кач
Дел

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



Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

для обучающихся 8-11 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 29 января-2 февраля 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
29 января						
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 ягод б/з	647	200	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич.		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		95,00				
30 января						
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	1,2	3,6
Компот из сухофруктов	639	200	1,04	0,27	27,5	107
Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич.		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		95,00				
31 января						
Среда						
Тефтели мясные в соусе	464	100	10,6	9,3	13,48	181,9
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
Напиток из шиповника		200				
Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич.		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		95,00				
1 февраля						
Четверг						
Рыба, припущенная с овощами	371	100	13,15	13,5	37,68	280
Гороховое пюре	108	180	8,67	7,98	34,46	140,62
Огурец консервированный		60	0	0	1,2	3,6
Компот из ягод б/з	647	200	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич.		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		95,00				
2 февраля						
Пятница						
Плов	443	250	18,37	18,59	42,4	436,6
Овощи тушеные	536	60	4,5	4,5	6,37	50,3
Кисель ягоды б/з	592	200	0,5	0	23,8	76
Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич.		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		95,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signature in blue ink.

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОШ №7 «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 29 января-2 февраля 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
29 января Понедельник					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый, масло сливочное		15/10	Суп картофельный с рисом	138	200
Каша молочная гречневая с маслом	302	200/10	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
Печенье		20	Компот из св/мороженных ягод	647	180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
30 января 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
			Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
31 января 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
			Свекла тушеные		60
			Напиток из плодов шиповника	705	180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
1 февраля 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
2 февраля пятница					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый, масло сливочное		15/10	Суп картофельный с макарон. изд.	140	200
Каша пшеничная молочная с маслом	311	150/5	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 _____

каж
Ощ

Согласовано,
 Директор МАБУ 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; дети лиц, добровольно принимавших участие в боевых действиях, ставших инвалидами или погибших, обучающихся в 1-4 классах, получающих двухразовое питание на 29 января-2 февраля 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
29 января Понедельник					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый, масло сливочное		15/10	Суп картофельный с рисом	138	200
Суп молочный с макарон. изд.	161	250	Биточки мясные	452	90
Чай с сахаром	685	200	Капуста тушеная	534	150
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		20/35	Смесь мексиканская б/з	ТТК	60
			Компот ягоды б/з	647	180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
30 января вторник					
Завтрак			Обед		
Масло сливочное	253	10	Борщ с карт., св. кап., сметаной	110	200
Запеканка рис. с творог, соус мол.	253	200/50	Котлеты рыбные	388	90
Кисель из концентрата в гор. виде	591	200	Картофельное пюре с маслом	520	150
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		20/35	Огурец консервированный		60
			Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
31 января 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		20/35	Каша гречневая рассыпчатая	297	150
			Морковь тушеная	524	60
			Напиток из плодов шиповника		180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
1 февраля 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		20/35	Компот ягоды б/з	647	180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
2 февраля пятница					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый, масло сливочное		15/10	Суп картофельный с макарон. изд.	140	200
Каша манная молочная с маслом	524	150/5	Плов	443	200
Кофейный напиток	692	200	Овощи тушеные	536	60
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		20/35	Кисель ягоды б/з	592	200
Фрукт консервированный		100	Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

наз
Федт



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 29 января-2 февраля 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
29 января Понедельник			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый, масло слив	20/10	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
Печенье	30	Компот из св/мороженых ягод	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
30 января 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
		Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
31 января 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
		Свекла тушеная	60
		Напиток из плодов шиповника	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
1 февраля 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
2 февраля пятница			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый, масло сливочное	20/10	Суп картофельный с макарон. изд.	250
Каша пшеничная молочная с маслом	200/5	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 _____

Handwritten signatures:
 [Signature] [Signature]



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 5-11 классах, получающих двухразовое питание на 29 января-2 февраля 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
29 января Понедельник			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый, масло сливочное	20/10	Суп картофельный с рисом	250
Суп молочный с макарон. изд.	250	Биточки мясные паровые	100
Чай с сахаром	200	Капуста тушеная	180
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшенич	30/50	Смесь Мексиканская б/з	60
		Компот из ягоды б/з	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
30 января 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	30/50	Картофельное пюре с маслом	180
		Огурец консервированный	60
		Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
31 января Среда			
Завтрак		Обед	
Вареники п/ф отварные с маслом	260/10	Суп картофельный с горохом	250
Какао	200	Тефтели мясные в соусе	100
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	30/50	Каша гречневая рассыпчатая	180
		Морковь тушеная	60
		Напиток из плодов шиповника	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
1 февраля 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	30/50	Компот ягоды б/з	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	40/70
		Стоимость рациона:	160,00
2 февраля Пятница			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый, масло сливочное	20/10	Суп картофельный с макарон. изд.	250
Каша манная молочная с маслом	200/5	Плов	250
Кофейный напиток	200	Овощи тушеные	60
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	30/50	Кисель ягоды б/з	200
Фрукт консервированный	100	Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

koz
Паст

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



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 29 января-2 февраля 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
29 января 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 св/мороженных ягод	647	180	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				
30 января 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
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				
31 января 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
Свекла тушеная		60				
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				
1 февраля 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/мороженных 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				
2 февраля 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 _____

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 29 января-2 февраля 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
29 января						
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 св/мороженоых 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				
30 января						
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
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				
31 января						
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
Свекла тушеная		60				
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				
1 февраля						
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/мороженоых 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				
2 февраля						
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 _____

Handwritten signatures in blue ink.



Согласовано:
 Директор МАОУ СОШ № 19 «Выбор» НГО



Утверждаю:
 ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ
 на 29 -31 января 2024г

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
29 января						
Понедельник						
Суп картофельный с рисом, гов. отв.	250	45,00	2,4	2,17	9,69	68,6
Филе минтая припущен.	120	105,00	15,52	13,66	6,4	191,2
Мясо кур. запеченное	100	100,00	15,3	12	4,3	171
Колбаски мясные с сыром	100	90,00	13,1	16,5	11,6	251
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 ягод б/з	200	25,00	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14
30 января						
Вторник						
Борщ с карт., св. кап., гов. отв., сметаной	250	50,00	2,44	8,6	10,9	110,0
Рыба припущенная	120	105,00	15,52	13,66	6,4	191,2
Отбивная из филе кур.	100	95,00	20,7	22,4	10	327
Шнецель мясной	100	100,00	11,8	10,5	17,4	201,3
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
Компот из сухофруктов	200	20,00	1,04	0,27	42,53	176,7
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
31 января						
Среда						
Суп карт. с горохом, гов. отв.	250	45,00	4,39	5,3	28,22	118,6
Котлета рубленая из мяса кур.	90	100	18,1	16,8	8,9	193
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
Свекла тушеная	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

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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



Утверждаю:
 ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ
 на 1-2 февраля 2024г

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
1 февраля						
Четверг						
Борщ с карт. (свекольник) гов. отв., см	250	50,00	1,44	10,93	9,74	109,0
Рыба тушеная с овощами	120	105,00	10,52	10,8	30,15	224
Отбивная из филе кур.	100	95,00	20,7	22,4	10	327
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
2 февраля						
Пятница						
Суп карт. с макаронными изд., гов. отв.	250	45,00	2,15	2,7	14,96	94,6
Котлеты рыбные	100	80,00	10,9	15,7	10,3	207,2
Котлеты мясные	90	80,00	11,9	14,06	11,04	215,6
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
Кисель из концентрата	200	15,00	0	0	42,2	162
Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	30	3,00	2,37	0,3	14,49	70,14

Бухгалтер _____ *кач*

Повар-бригадир _____ *Евф*