

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 4-7 марта 2024г.

*Вариант 1*

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>4 марта</b>						
<b>Понедельник</b>						
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:		<b>95,00</b>				
<b>5 марта</b>						
<b>Вторник</b>						
Сыр твердый, масло слив.		15/10	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:		<b>95,00</b>				
<b>6 марта</b>						
<b>Среда</b>						
Масло слив.		10				
Запеканка рисовая с творогом, соус. мол.	253	190/50	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:		<b>95,00</b>				
<b>7 марта</b>						
<b>Четверг</b>						
Вареники п/ф отварные с маслом	357	240/10	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
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*Handwritten signatures: Kay and Oveef*

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 4-7 марта 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>4 марта</b>						
<b>Понедельник</b>						
Тефтели мясные с соусом	394	90	10,6	12,2	14,18	193,6
Каша гречневая рассыпчатая	297	150	8,7	10,5	52,2	254
Икра кабачковая		20	0,56	2,16	3,92	36,56
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:		<b>95,00</b>				
<b>5 марта</b>						
<b>Вторник</b>						
Сыр твердый, масло слив		15/10	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	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный		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
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				
<b>6 марта</b>						
<b>Среда</b>						
Омлет с маслом	340	200/10	11,4	18,6	30,9	301,8
Кукуруза конс. терм. обр.		40	0,32	0,96	1,56	34,8
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
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				
<b>7 марта</b>						
<b>Четверг</b>						
Сыр твердый, масло сливочное		15/10	3,9	3,99	-	51,5
Каша «Дружба» молочная с маслом		210/10	9,9	15,2	59,7	315
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:		<b>95,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_ *Mag*

Повар-бригадир \_\_\_\_\_ *Олея*

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



Утверждаю:  
ИП 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 4-7 марта 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>4 марта</b>					
<b>Понедельник</b>					
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:	<b>95,00</b>				
<b>5 марта</b>					
<b>Вторник</b>					
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/мороженых 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:	<b>95,00</b>				
<b>6 марта</b>					
<b>Среда</b>					
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:	<b>95,00</b>				
<b>7 марта</b>					
<b>Четверг</b>					
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:	<b>95,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*Handwritten signatures of the accountant and chef.*

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



Утверждаю:  
ИП 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 4-7 марта 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>4 марта</b>					
<b>Понедельник</b>					
Котлеты мясные	100	13,06	13,87	13,87	232,72
Макаронные изд. отварные с маслом	180	4,8	9,8	38,5	225,8
Капуста тушеная	60	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из сухофруктов	180	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	<b>95,00</b>				
<b>5 марта</b>					
<b>Вторник</b>					
Тефтели мясные в соусе	100	12,4	14,66	10,48	205,6
Рис припущенный	180	4,4	7,2	34	221
Овощи тушеные	60	1,8	1,28	3,38	36,8
Компот из ягод б/з	180	0,4	0	30,4	68
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	<b>95,00</b>				
<b>6 марта</b>					
<b>Среда</b>					
Жаркое по-домашнему	250	16,8	19,1	20,3	384
Морковь тушеная	60	0,42	1,62	2,9	27,4
Компот из изюма	200	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	<b>95,00</b>				
<b>7 марта</b>					
<b>Четверг</b>					
Рыба тушеная с овощами	100	13,15	13,5	37,68	280
Гороховое пюре	180	6,67	9,85	39,7	242,8
Огурец соленый	60	0	0	1,2	4,8
Напиток из сухофруктов, шиповника	180	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	<b>95,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*koz*  
*Bel*

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 4-7 марта 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	ВЫХОД	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	ВЫХОД
<b>4 марта понедельник</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
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
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>
<b>5 марта вторник</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Сыр твердый, масло слив		15/10	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
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>
<b>6 марта среда</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Масло сливочное		10	Уха рыбацкая		200
Зап. рис. с творогом, соусом мол.	253	190/50	Голубцы «Любительские»		120
Какао с молоком	693	200	Макаронные изд. отварные	332	150
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/35	Сок		180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>
<b>7 марта четверг</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Вареники п/ф отв., маслом	357	240/10	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
			Морковь тушеная	524	60
			Компот из с/ф-ов и шиповника	705	180
Молоко		200	Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		28/52
			Стоимость рациона:		<b>160,00</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*кач*  
*Друж*

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 по столовой МАОУ «СОШ № 7» НГО 4-7 марта 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	ВЫХОД	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	ВЫХОД
<b>4 марта Понедельник</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Тефтели мясные с соусом	394	90	Суп из овощей со сметаной	99	200
Каша гречневая рассыпчатая	297	150	Котлеты мясные		90
Икра кабачковая		20	Макаронные изд. отварные с маслом	332	150
Чай с сахаром, лимоном	686	200	Капуста тушеная		60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/35	Компот из сухофруктов	639	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>
<b>5 марта Вторник</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Сыр твердый, масло слив		15/10	Рассольник Ленинградский, 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
Хлеб пшенично-ржаной/ Батон		20/35	Овощи тушеные	ТТК-5	60
Фрукт консервированный		100	Компот из ягод б/з	647	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>
<b>6 марта среда</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Омлет с маслом	340	200/10	Уха рыбацкая		200
Кукуруза конс. терм. обр.		40	Жаркое по-домашнему	436	250
Кофейный напиток	692	200	Морковь тушеная	524	60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/35	Компот из изюма	638	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>
<b>7 марта четверг</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Сыр твердый, масло слив		15/10	Борщ с карт. (свекольник) со смет.	138	200
Каша «Дружба» молочная с мас.	311	210/10	Рыба тушеная с овощами	374	90
Чай с сахаром	685	200	Гороховое пюре	108	150
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/35	Огурец соленый		60
			Компот из смеси с/ф-тов, шип.	ТТК-3	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*наз*

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 4-7 марта 2024г

**Вариант 1**

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
<b>4 марта понедельник</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
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:	<b>160,00</b>
<b>5 марта вторник</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Сыр твердый, масло слив.	20/10	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:	<b>160,00</b>
<b>6 марта среда</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Масло слив	10	Уха рыбацкая	250
Запеканка рисовая с творогом, соус. мол.	210/50	Голубцы «Любительские»	120
Какао с молоком	200	Макаронные изд. отварные	180
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	30/50	Сок	200
		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>
<b>7 марта четверг</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Вареники п/ф отв. с маслом	260/10	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
		Морковь тушеная	60
		Компот из сухофруктов, шиповника	200
		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*кач*  
*Овч*

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 5-11 классах, получающих двухразовое питание на 4-7 марта 2024г

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
<b>4 марта Понедельник</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Тефтели мясные в соусе	100	Суп из овощей 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	30/50	Компот из сухофруктов	200
		Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>
<b>5 марта Вторник</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Сыр твердый, масло слив	15/10	Рассольник Ленинградский со смет.	250
Каша манная молочная с маслом	180/5	Тефтели мясные в соусе	100
Чай с сахаром	200	Картофельное пюре	180
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн	30/50	Овощи тушеные	60
Фрукт консервированный	100	Компот из ягод б/з	200
		Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>
<b>6 марта среда</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Омлет с маслом	200/10	Уха рыбацкая	250
Кукуруза консервирован. терм. обр.	60	Жаркое по-домашнему	250
Кофейный напиток	200	Морковь тушеная	60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн	30/50	Компот из изюма	200
		Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>
<b>7 марта четверг</b>			
Сыр твердый, масло слив.	15/10	Борщ карт. со свеклой, сметаной	250
Каша «Дружба» молочная с маслом	240/10	Рыба тушеная с овощами	100
Чай с сахаром	200	Гороховое пюре	180
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн	30/50	Огурец соленый	60
		Напиток из сухофруктов, шиповника	200
		Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_



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 4-7 марта 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>4 марта</b>					
<b>Понедельник</b>					
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:	<b>85,00</b>				
<b>5 марта</b>					
<b>Вторник</b>					
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/мороженых 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:	<b>85,00</b>				
<b>6 марта</b>					
<b>Среда</b>					
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:	<b>85,00</b>				
<b>7 марта</b>					
<b>Четверг</b>					
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:	<b>85,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*Handwritten signatures in blue ink over the lines for the accountant and chef.*

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 4-7 марта 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>4 марта</b>					
<b>Понедельник</b>					
Котлеты мясные	90	13,06	13,87	13,87	232,72
Макаронные изд. отварные с маслом	150	4,8	9,8	38,5	225,8
Капуста тушеная	60	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из сухофруктов	180	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	<b>85,00</b>				
<b>5 марта</b>					
<b>Вторник</b>					
Тефтели мясные в соусе	90	12,4	14,66	10,48	205,6
Рис припущенный	150	4,4	7,2	34	221
Овощи тушеные	60	1,8	1,28	3,38	36,8
Компот из ягод б/з	180	0,4	0	30,4	68
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	<b>85,00</b>				
<b>6 марта</b>					
<b>Среда</b>					
Жаркое по-домашнему	250	16,8	19,1	20,3	384
Морковь тушеная	60	0,42	1,62	2,9	27,4
Компот из изюма	180	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	<b>85,00</b>				
<b>7 марта</b>					
<b>Четверг</b>					
Рыба тушеная с овощами	90	13,15	13,5	37,68	280
Гороховое пюре	150	6,67	9,85	39,7	242,8
Огурец соленый	60	0	0	1,2	4,8
Напиток из сухофруктов, шиповника	180	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	<b>85,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*Игорь*  
*Игорь*

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 4-7 марта 2024г.

*Вариант 1*

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>4 марта</b>					
<b>Понедельник</b>					
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:	<b>85,00</b>				
<b>5 марта</b>					
<b>Вторник</b>					
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:	<b>85,00</b>				
<b>6 марта</b>					
<b>Среда</b>					
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:	<b>85,00</b>				
<b>7 марта</b>					
<b>Четверг</b>					
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:	<b>85,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*кач*  
*Дек*

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 4-7 марта 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>4 марта</b>					
<b>Понедельник</b>					
Котлеты мясные	100	13,06	13,87	13,87	232,72
Макаронные изд. отварные с маслом	180	4,8	9,8	38,5	225,8
Капуста тушеная	60	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из сухофруктов	180	1,04	0,27	42,53	176,7
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	<b>85,00</b>				
<b>5 марта</b>					
<b>Вторник</b>					
Тефтели мясные в соусе	100	12,4	14,66	10,48	205,6
Рис припущенный	180	4,4	7,2	34	221
Овощи тушеные	60	1,8	1,28	3,38	36,8
Компот из ягод б/з	180	0,4	0	30,4	68
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	<b>85,00</b>				
<b>6 марта</b>					
<b>Среда</b>					
Жаркое по-домашнему	250	16,8	19,1	20,3	384
Морковь тушеная	60	0,42	1,62	2,9	27,4
Компот из изюма	200	0,4	0,05	27,4	106
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	<b>85,00</b>				
<b>7 марта</b>					
<b>Четверг</b>					
Рыба тушеная с овощами	100	13,15	13,5	37,68	280
Гороховое поре	180	6,67	9,85	39,7	242,8
Огурец соленый	60	0	0	1,2	4,8
Напиток из сухофруктов, шиповника	180	0,36	0,24	0,6	65,52
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	<b>85,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*Handwritten signatures in blue ink.*

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



Утверждаю:  
ИП Козырева Е.В.



**МЕНЮ**  
обедов на 4-7 марта 2024г.

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
<b>4 марта</b>						
<b>Понедельник</b>						
Суп из овощей со сметаной, гов. отв.	250	45,00	1,82	4,16	9	75
Рыба тушеная с овощами	120	105,00	10,52	10,8	30,15	224
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
<b>5 марта</b>						
<b>Вторник</b>						
Рассольник Ленинградский, гов. отв., см	250	50,00	1,7	7,8	12,3	102
Котлета рыбная «Любительская»	100	80,00	15,04	13,8	16,3	215,6
Курица запеченная	100	100,00	15,3	12	4,3	171
Тефтели мясные в соусе	60	55,00	12,04	14,66	10,48	205,6
Картофельное пюре 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
<b>6 марта</b>						
<b>Среда</b>						
Уха рыбацкая	250	45,00	2,5	10,3	10,9	125
Филе минтая припущенное	120	105,00	15,52	13,66	6,4	191,2
Отбивная с филе кур.	100	95,00	20,7	22,4	10	327
Вареники п/ф отварные с маслом	200/10	70,00	15,2	21,9	43,8	387
Колбаски мясные с сыром	100	90,00	13,1	16,5	11,6	251
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
<b>7 марта</b>						
<b>Четверг</b>						
Борщ с карт. (свекольник), гов. отв., смет.	250	50,00	1,59	7	12,5	95
Рыба тушеная с овощами	120	105,00	15,52	13,66	6,4	191,2
Отбивная с филе кур.	100	95,00	20,7	22,4	10	327
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 signatures:*  
 [Signature] \_\_\_\_\_  
 [Signature] \_\_\_\_\_