

Согласовано:
 Директор МАОУ «СОИ № 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 9-13 сентября 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
9 сентября						
Понедельник						
Макаронные изделия с сыром, маслом	394	200	15,5	18,6	49,7	389,2
Икра кабачковая		60	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 сентября						
Вторник						
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:		95,00				
11 сентября						
Среда						
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:		95,00				
12 сентября						
Четверг						
Тефтели рыбные с соусом	389	90	8,5	11,5	14,26	179,5
Гороховое пюре	108	150	6,67	6,98	35,16	205,6
Огурец консервированный		20	0	0	0,6	2,4
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				
13 сентября						
Пятница						
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:		95,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

кач
Дель

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 9-13 сентября 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
9 сентября						
Понедельник						
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:		95,00				
10 сентября						
Вторник						
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:		95,00				
11 сентября						
Среда						
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:		95,00				
12 сентября						
Четверг						
Лапшевник с творогом, соусом мол.		200/50				
Компот из смеси сухофруктов гор. виде	639	200	1,04	0,27	42,53	176,7
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				
13 сентября						
Пятница						
Сыр твердый, масло слив.		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:		95,00				

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; членов семьи участника СВО на 9-13 сентября 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
9 сентября					
Понедельник					
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 сентября					
Вторник					
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:	95,00				
11 сентября					
Среда					
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 сентября					
Четверг					
Жаркое по-домашнему	250	16,8	19,1	20,3	384
Свекла тушеная с сыром	60	2,25	3,7	29,5	59,4
Кисель из ягод б/з	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				
13 сентября					
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 _____

кач
Дел

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; членов семьи участника СВО на 9-13 сентября 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
9 сентября					
Понедельник					
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:	95,00				
10 сентября					
Вторник					
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:	95,00				
11 сентября					
Среда					
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:	95,00				
12 сентября					
Четверг					
Биточки мясные	100	13,06	13,87	13,87	232,72
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	8,7	10,5	52,2	254
Свекла тушеная с сыром	60	2,25	3,7	29,5	59,4
Кисель	200	0,5	0	23,8	76
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
13 сентября					
Пятница					
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:	95,00				

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 территории РФ; для детей лиц, добровольно принимавших участие в боевых действиях, ставших инвалидами или погибших, обучающихся в 1-4 классах, получающих двухразовое питание на 9-13 сентября 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
9 сентября понедельник					
Завтрак			Обед		
Макаронные изд. с сыром, маслом	394	200	Суп овощной со сметаной	124	200
Икра кабачковая		60	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:		160,00
10 сентября вторник					
Завтрак			Обед		
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:		160,00
11 сентября среда					
Завтрак			Обед		
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:		160,00
12 сентября четверг					
Завтрак			Обед		
Тефтели рыбные с соусом	389	90	Щи с картофелем, св. кап., сметаной	99	200
Гороховое пюре	108	150	Жаркое по-домашнему	436	250
Огурец консервированный		20	Свекла тушеная с сыром		60
Чай с сахаром, лимоном	686	200	Кисель из ягод		180
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/35	Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
13 сентября пятница					
Завтрак			Обед		
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:		160,00

Бухгалтер _____ *Маз*

Повар-бригадир _____ *Шев*

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 9-13 сентября 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	ВЫХОД	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	ВЫХОД
9 сентября Понедельник					
Завтрак			Обед		
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:		160,00
10 сентября Вторник					
Завтрак			Обед		
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:		160,00
11 сентября среда					
Завтрак			Обед		
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:		160,00
12 сентября четверг					
Завтрак			Обед		
Лапшевник с творогом, соус. мол.		200/50	Щи с карт., св. кап., сметаной	124	200
Компот из смеси с/ф-тов в гор. виде	639	200	Биточки мясные	451	90
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		20/35	Каша гречневая рассыпчатая с мас.	297	150
			Свекла тушеная с сыром		60
			Кисель из ягод б/з		180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		160,00
13 сентября пятница					
Завтрак			Обед		
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:		160,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signatures:

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 9-13 сентября 2024г

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
9 сентября понедельник			
Завтрак		Обед	
Макаронные изделия с сыром, маслом	250	Суп из овощей, сметаной	250
Икра кабачковая	60	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 сентября вторник			
Завтрак		Обед	
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:	160,00
11 сентября среда			
Завтрак		Обед	
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:	160,00
12 сентября четверг			
Завтрак		Обед	
Тефтели рыбные в соусе	100	Щи с картофелем, кап. св., сметаной	250
Гороховое пюре	180	Жаркое по-домашнему	250
Огурец консервированный	20	Свекла тушеная с сыром	60
Чай с сахаром, лимоном	200	Кисель из ягод б/з	200
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	30/50	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
13 сентября пятница			
Завтрак		Обед	
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:	160,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Маг
Повар

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 9-13 сентября 2024г

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
9 сентября Понедельник			
Завтрак		Обед	
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:	160,00
10 сентября Вторник			
Завтрак		Обед	
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:	160,00
11 сентября среда			
Завтрак		Обед	
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:	160,00
12 сентября четверг			
Завтрак		Обед	
Лапшевник с творогом, соус. мол.	250/50	Щи с карт., св. кап., сметаной	250
Компот из смеси сухофруктов в гор. виде	200	Биточки мясные	100
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн	30/50	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180
		Свекла тушеная с сыром	60
		Кисель из ягод б/з	200
		Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	160,00
13 сентября пятница			
Завтрак		Обед	
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:	160,00

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Handwritten signatures in blue ink.

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



Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

для обучающихся 1-4 классов, членов семьи участника СВО на 9-13 сентября 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
9 сентября					
Понедельник					
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:	95,00				
10 сентября					
Вторник					
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:	95,00				
11 сентября					
Среда					
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:	95,00				
12 сентября					
Четверг					
Жаркое по-домашнему	250	16,8	19,1	20,3	384
Свекла тушеная с сыром	60	2,25	3,7	29,5	59,4
Кисель из ягод б/з	180	0,5	0	23,8	76
Хлеб пшенично-ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
13 сентября					
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:	95,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

кач
Ред

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ
для обучающихся 1-4 классов, членов семьи участника СВО на 9-13 сентября 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
9 сентября					
Понедельник					
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:	95,00				
10 сентября					
Вторник					
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:	95,00				
11 сентября					
Среда					
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:	95,00				
12 сентября					
Четверг					
Биточки мясные	90	13,06	13,87	13,87	232,72
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,7	10,5	52,2	254
Свекла тушеная с сыром	60	2,25	3,7	29,5	59,4
Кисель	180	0,5	0	23,8	76
Хлеб ржаной / Хлеб пшеничный	28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:	95,00				
13 сентября					
Пятница					
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:	95,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

Согласовано
Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО



Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ
обедов на 9-13 сентября 2024г.

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
9 сентября						
Понедельник						
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 сентября						
Вторник						
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
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 сентября						
Среда						
Уха рыбацкая	250	45,00	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 сентября						
Четверг						
Щи с карт., св. кап., гов. отв., сметаной	250	50,00	2,44	8,75	13,4	132
Жаркое по-домашнему	250	100,00	16,8	19,1	20,3	384
Биточки мясные	90	80,00	12,8	14,6	10,59	236
Каша гречневая с маслом	150/5	30,00	8,7	8,8	52,6	279
Огурец консервированный	60	25,00	0	0	0,6	2,4
Чай с сахаром	200	5,00	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,1	0,3	12,42	66,9
13 сентября						
Пятница						
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
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 _____

Козырева Е.В.