

Согласовано  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева



Утверждаю:  
 ИП Козырева Е.В.

**МЕНЮ**

по типу завтраков для детей, обучающихся в 1-4 классах (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов) по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 2-6 декабря 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	ВЫХОД	Б	Ж	У	Ккал
<b>2 декабря</b>						
<b>Понедельник</b>						
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		200	0,2	0	15	115
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				
<b>3 декабря</b>						
<b>Вторник</b>						
Омлет натуральный 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:		<b>95,00</b>				
<b>4 декабря</b>						
<b>Среда</b>						
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:		<b>95,00</b>				
<b>5 декабря</b>						
<b>Четверг</b>						
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:		<b>95,00</b>				
<b>6 декабря</b>						
<b>Пятница</b>						
Сыр твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Каша пшеничная молочная	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		200				
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_



Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева

Утверждаю:  
 ИП Козырева Е.В.

**МЕНЮ**

по типу завтраков для детей, обучающихся в 1-4 классах (без учёта с ОВЗ и детей-инвалидов)  
 в 1-ю смену по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 2 – 6 декабря 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>2 декабря</b>						
<b>Понедельник</b>						
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 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
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				
<b>3 декабря</b>						
<b>Вторник</b>						
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:		<b>95,00</b>				
<b>4 декабря</b>						
<b>Среда</b>						
Сыр твердый		15	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 пшен.		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 декабря</b>						
<b>Четверг</b>						
Сыр твердый		15	3,9	3,99	-	51,5
Каша манная молочная		200				
Кофейный напиток	692	200	2,4	2,4	18,5	109
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Фрукт консервированный		100				
Молоко		200				
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				
<b>6 декабря</b>						
<b>Пятница</b>						
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:		<b>95,00</b>				

Бухгалтер

Повар-бригадир



Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева

Утверждаю:  
 ИИ 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 по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 2 – 6 декабря 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>2 декабря</b>						
<b>Понедельник</b>						
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		100	0,56	2,16	3,92	36,56
Компот из смеси сухофруктов	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:		<b>95,00</b>				
<b>3 декабря</b>						
<b>Вторник</b>						
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		100	0	0	0,9	3,6
Сок фруктовый (овощной)	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:		<b>95,00</b>				
<b>4 декабря</b>						
<b>Среда</b>						
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 тушёные		100				
Напиток из плодов 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:		<b>95,00</b>				
<b>5 декабря</b>						
<b>Четверг</b>						
Плов с мясом	443	250	18,37	18,59	42,4	436,6
Зеленый горошек терм. обр.		100	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:		<b>95,00</b>				
<b>6 декабря</b>						
<b>Пятница</b>						
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	100	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:		<b>95,00</b>				

Бухгалтер

Повар-бригадир



Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева



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;  
 по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 2 – 6 декабря 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>2 декабря</b>						
<b>Понедельник</b>						
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:		<b>95,00</b>				
<b>3 декабря</b>						
<b>Вторник</b>						
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 смеси 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:		<b>95,00</b>				
<b>4 декабря</b>						
<b>Среда</b>						
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 плодов шиповника		200				
Хлеб пшенично-ржаной/ хлеб пшенич.		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				
<b>5 декабря</b>						
<b>Четверг</b>						
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:		<b>95,00</b>				
<b>6 декабря</b>						
<b>Пятница</b>						
Плов с мясом	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:		<b>95,00</b>				

Бухгалтер

Повар-бригадир



Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева

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 № 19 «Выбор» НГО на 2 – 6 декабря 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
<b>2 декабря понедельник</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Сыр твердый		15	Суп картофельный с рисом	138	200/10
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		200	Компот из смеси сухофруктов	647	180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>
<b>3 декабря вторник</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Омлет с маслом	340	200/10	Борщ с карт., св. кап., сметаной	110	200/10/5
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 фруктовый (овощной)	639	180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>
<b>4 декабря среда</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Зап. творожная с соусом мол.	272	200/50	Суп картофельн., с горохом, гренки	139	200/10/5
Какао на молоке	693	200	Котлета Домашняя	453	90
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		20/35	Картофельное пюре с маслом	520	150/5
			Овощи тушёные		60
			Напиток из плодов шиповника	705	180
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>
<b>5 декабря четверг</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Тефтели мясные в соусе	462	90	Борщ с карт. (свекольник), сметаной	82	200/10/5
Макарон. изд. отварные	332	150	Плов с мясом	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:		<b>160,00</b>
<b>6 декабря пятница</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Сыр твердый		15	Суп картофельный с макарон. изд.	140	200/10
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		200	Кисель из ягод б/з	592	200
			Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>

Бухгалтер

Повар-бригадир



Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева

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 № 19» НГО на 2 – 6 декабря 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
<b>2 декабря Понедельник</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Вареники (п/ф) отварные с маслом	672	240/10	Суп картофельный с рисом	138	200
Какао с молоком	693	200	Биточки мясные	452	90
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен		20\35	Капуста тушеная	332	150
			Смесь мексиканская б/з	ТТК	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>3 декабря Вторник</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Запеканка рис. с творог, соус мол.	253	200/50	Борщ с картоф., св., капуст., сметан.	110	200
Кисель из концентрата в гор. виде	591	200	Котлеты рыбные	388	90
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен		20/35	Картофель отварной		150
			Огурец консервированный		60
			Компот из смеси сухофруктов	639	180
			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>
<b>4 декабря Среда</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Сыр твердый		15	Суп картофельный с горохом	139	200
Суп молочный с макарон. изд.	161	250	Тефтели мясные в соусе	464	90
Чай с сахаром	685	200	Каша гречневая рассыпчатая	297	150
Хлеб пшен.-ржаной /Хлеб пшен.		20/35	Морковь тушеная	524	60
			Напиток из плодов шиповника		180
			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		<b>160,00</b>
<b>5 декабря Четверг</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Сыр твердый		15	Борщ с карт.(свекольник) со сметан.	82	200
Каша манная молочная	524	200	Рыба, припущенная с овощами	371	90
Кофейный напиток на молоке	692	200	Гороховое пюре	108	150
Хлеб пшенично-ржан./Хлеб пшен		20/35	Огурец консервированный		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 декабря Пятница</b>					
<b>Завтрак</b>			<b>Обед</b>		
Биточки мясные паровые	451	90	Суп картофельный с макарон. изд.	140	200
Каша ячневая с маслом	297	150	Плов с мясом	443	200
Икра кабачковая					
Чай с сахаром					



Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева

Утверждаю:  
 ИИ 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 5-11 классах, получающих двухразовое питание по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 2 – 6 декабря 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
<b>2 декабря Понедельник</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Сыр твердый	20	Суп картофельный с рисом	250
Каша молочная гречневая с маслом	210	Котлеты мясные запеченные	100
Чай с сахаром	200	Макаронные изд. отварные с маслом	180
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	30/50	Икра кабачковая	100
Фрукт консервированный	200	Компот из смеси сухофруктов	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>
<b>3 декабря Вторник</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Омлет натуральный с маслом	220/10	Борщ с карт., св. кап., сметаной	275
Зеленый горошек конс. тер. обр.	60	Рыба, припущенная с овощами	120
Кофейный напиток	200	Рис отварной	180
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	30/50	Огурец, консервированный	100
		Сок фруктовый (овощной)	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>
<b>4 декабря Среда</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Запеканка с творогом, соус мол.	250/50	Суп картофельный с горохом, гренки	250/10
Какао на молоке	200	Котлета Домашняя	100
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	30/50	Картофельное пюре с маслом	180
		Овощи тушёные	100
		Напиток из плодов шиповника	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>
<b>5 декабря Четверг</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Тефтели мясные в соусе	100	Борщ с карт. (свекольник), сметаной	250
Макаронные изд. отварные	180	Плов с мясом	250
Огурец, консервированный	40	Зеленый горошек терм. обр.	100
Чай с сахаром, лимоном	200	Компот из св/мороженных ягод	200
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	30/50	Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>
<b>6 декабря Пятница</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Сыр твердый	20	Суп картофельный с макарон. изд.	265
Каша пшеничная молочная с маслом	200/10	Биточки рыбные	120
Чай с сахаром	200	Гороховое пюре с маслом	180
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	30/50	Морковь тушеная	100
Фрукт консервированный	200	Кисель из ягод б/з	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_



Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева

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 по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО

на 2 – 6 декабря 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
<b>2 декабря Понедельник</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Вареники (п/ф) отварные с маслом	240/10	Суп картофельный с рисом	250
Какао с молоком	200	Биточки мясные паровые	100
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	30/50	Капуста тушеная	180
Фрукт консервированный	100	Смесь Мексиканская б/з	60
		Компот из ягоды б/з	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>
<b>3 декабря Вторник</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
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 смеси сухофруктов	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>
<b>4 декабря Среда</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Сыр твердый	20	Суп картофельный с горохом	250
Суп молочный с макарон. изд.	250	Тефтели мясные в соусе	100
Чай с сахаром	200	Каша гречневая рассыпчатая	180
Хлеб пшенич.-ржаной /Хлеб пшенич.	30/50	Морковь тушеная	60
		Напиток из плодов шиповника	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>
<b>5 декабря Четверг</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Сыр твердый	20	Борщ с карт. (свекольник), сметаной	250
Каша манная молочная	200	Рыба, припущенная с овощами	100
Кофейный напиток	200	Гороховое пюре	180
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн.	30/50	Огурец консервированный	60
Фрукт консервированный	100	Компот ягоды б/з	200
		Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн.	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>
<b>6 декабря Пятница</b>			
<b>Завтрак</b>		<b>Обед</b>	
Биточки мясные паровые	100	Суп картофельный с макарон. изд.	250
Каша ячневая с маслом	180	Плов с мясом	250
Икра кабачковая	20	Овощи тушеные	60
Чай с сахаром, лимоном	200	Кисель ягоды б/з	200
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшенич	30/50	Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничн.	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	<b>160,00</b>

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_



Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева



**МЕНЮ**

для детей членов семьи участника СВО обучающихся в 1-4 классах по столовой  
 МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 2 – 6 декабря 2024г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>2 декабря</b>						
<b>Понедельник</b>						
Суп картофельный с рисом	138	200				
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 смеси сухофруктов	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:		<b>95,00</b>				
<b>3 декабря</b>						
<b>Вторник</b>						
Борщ с картоф., св., капустой, сметаной	110	200				
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
Сок фруктовый (овощной)	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:		<b>95,00</b>				
<b>4 декабря</b>						
<b>Среда</b>						
Суп картофельный с горохом	139	200				
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 тушёные		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:		<b>95,00</b>				
<b>5 декабря</b>						
<b>Четверг</b>						
Борщ с картофелем (свекольник), сметана	82	200				
Плов с мясом	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:		<b>95,00</b>				
<b>6 декабря</b>						
<b>Пятница</b>						
Суп картофельный с макаронами	140	200				
Биточки рыбные	468	90	10,9	15,7	10,3	207,2
Гороховое пюре с маслом	108	150/5	8,67	7,98	34,46	140,62
Морковь тушёная	524	60	0,54	3,84	4,94	38
Кисель из ягод б/з	592	200	0,5	0	23,8	76
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный		28/52	6,77	1,01	30,36	211,86
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				

Бухгалтер

Повар-бригадир



Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева



Утверждаю:  
 ИП Козырева Е.В.



**МЕНЮ**  
 для детей, членов семьи участника СВО обучающихся в 1-4 классах  
 по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 2 – 6 декабря 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>2 декабря</b>						
<b>Понедельник</b>						
Суп картофельный с рисом	138	200				
Биточки мясные	452	90	14,875	17,57	13,8	269,50
Капуста тушеная	534	150	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.		28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				
<b>3 декабря</b>						
<b>Вторник</b>						
Борщ с картоф., св., капустой, сметаной	110	200				
Котлеты рыбные	388	90	15,5	12,75	19,5	277,5
Картофельное пюре с маслом	520	150	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.		28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				
<b>4 декабря</b>						
<b>Среда</b>						
Суп картофельный с горохом	139	200				
Тефтели мясные в соусе	464	90	10,6	9,3	13,48	181,9
Каша гречневая рассыпчатая	297	150	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.		28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				
<b>5 декабря</b>						
<b>Четверг</b>						
Борщ с картоф., (свекольник), сметана	82	200				
Рыба, припущенная с овощами	371	90	13,15	13,5	37,68	280
Гороховое пюре	108	150	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.		28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				
<b>6 декабря</b>						
<b>Пятница</b>						
Суп картофельный с макаронами	140	200				
Плов с мясом	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.		28/52	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_



Согласовано  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева

Утверждаю:  
 ИП Козырева Е.В.



**МЕНЮ**

для обучающихся в 5-11 классах членов семьи участника СВО  
 по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 2 – 6 декабря 2024г.дня

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>2 декабря</b>						
<b>Понедельник</b>						
Суп картофельный с рисом	138	250	2,4	2,17	9,69	68,6
Котлеты мясные запеченные	451	100	12,8	14,6	10,59	2365
Макаронные изд. отварные с маслом	332	180	5,1	9,0	36,5	202,8
Икра кабачковая		100	0,56	2,16	3,92	36,56
Компот из смеси сухофруктов	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:		<b>95,00</b>				
<b>3 декабря</b>						
<b>Вторник</b>						
Борщ с картофелем, св., капустой, сметана	110	250	2,44	8,6	10,9	110
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		100	0	0	0,9	3,6
Сок фруктовый (овощной)	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:		<b>95,00</b>				
<b>4 декабря</b>						
<b>Среда</b>						
Суп картофельный с горохом	139	250	4,39	5,3	28,22	118,6
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		100				
Напиток из плодов 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:		<b>95,00</b>				
<b>5 декабря</b>						
<b>Четверг</b>						
Борщ с картофелем (свекольник), сметана	82	250	1,44	10,93	9,74	109
Плов с мясом	443	250	18,37	18,59	42,4	436,6
Зеленый горошек терм. обр.		100	1,8	0,4	4,38	38,8
Компот из св/мороженных 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:		<b>95,00</b>				
<b>6 декабря</b>						
<b>Пятница</b>						
Суп картофельный с макаронами	140	250				
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	100	0,54	3,84	4,94	38
Кисель из ягод б/з	592	200	0,5	0	23,8	76
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн.		40/70	9,19	1,4	47,06	299,5
Стоимость рациона:		<b>95,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_



Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева



Утверждаю:  
 ИП Козырева Е.В.



**МЕНЮ**  
 для обучающихся 5-11 классов членов семьи участника СВО  
 по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 2 – 6 декабря 2024г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
<b>2 декабря</b>						
<b>Понедельник</b>						
Суп картофельный с рисом	138	250				
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:		<b>95,00</b>				
<b>3 декабря</b>						
<b>Вторник</b>						
Борщ с картофелем, св., капустой, сметан.	110	250				
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:		<b>95,00</b>				
<b>4 декабря</b>						
<b>Среда</b>						
Суп картофельный с горохом	139	250				
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:		<b>95,00</b>				
<b>5 декабря</b>						
<b>Четверг</b>						
Борщ с картоф., (свекольник), сметаной	82	250				
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:		<b>95,00</b>				
<b>6 декабря</b>						
<b>Пятница</b>						
Суп картофельный с макаронами	140	250				
Плов с мясом	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:		<b>95,00</b>				

Бухгалтер \_\_\_\_\_  
 Повар-бригадир \_\_\_\_\_



Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО  
 Л. В. Медведева

Утверждаю:  
 ИП Козырева Е.В.



**МЕНЮ**  
 на 2 – 6 декабря 2024г

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
<b>2 декабря</b>						
<b>Понедельник</b>						
Суп картофельный с рисом, гов. отв.	250	45,00	2,4	2,17	9,69	68,6
Биточки мясные паровые	100	85,00	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 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
<b>3 декабря</b>						
<b>Вторник</b>						
Борщ с карт., св. кап., гов. отв., сметаной	250	50,00	2,44	8,6	10,9	110,0
Рыба припущенная	100	100,00	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
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
<b>4 декабря</b>						
<b>Среда</b>						
Суп карт. с горохом, гов. отв.	250	45,00	4,39	5,3	28,22	118,6
Котлета Домашняя	100	85,00	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
<b>5 декабря</b>						
<b>Четверг</b>						
Борщ с карт. (свекольник) гов. отв., см	250	50,00	1,44	10,93	9,74	109,0
Рыба тушеная с овощами	100	100,00	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
<b>6 декабря</b>						
<b>Пятница</b>						
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
Пельмени п/ф отв. с маслом	150/5	90,00				
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 \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_