

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 5 – 7 мая 2025г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник						
Макаронные изделия с сыром, маслом	394	210	15,5	18,6	49,7	389,2
Икра из кабачков		40	0	0	0,9	3,6
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
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		105,00				
Вторник						
Сыр твердый, масло сливочное		15/8	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:		105,00				
Среда						
Запеканка рисовая с творогом, соус. мол.	253	200/50	13	18	40	318
Какао на молоке	693	200	2,4	1,6	19,4	112,5
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20/35	4,1	0,7	23,54	159,27
Кондитерское изделие		20	0,2	0	11,5	49
Молоко		200	5,6	6,4	8,2	112,0
Стоимость рациона:		105,00				

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 (за исключением обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов) по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО
на 5 – 7 мая 2025г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник						
Сыр твердый, масло сливочное		15/8	3,9	3,99	-	51,5
Каша молочная манная с маслом	311	150/5	10,2	13,75	42,3	325
Какао на молоке	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:		105,00				
Вторник						
Вареники (п/ф) отварные с маслом	394	200/10	10,6	12,2	14,18	193,6
Огурец консервированный		35	8,7	10,5	52,2	254
Чай с сахаром, лимоном		200	0,56	2,16	3,92	36,56
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	686	35/20	0,2	0,04	10,2	41
Молоко		200	4,1	0,7	23,54	159,27
Стоимость рациона:		105,00				
Среда						
Омлет натуральный с маслом	340	200/10	11,4	18,6	30,9	301,8
Кукуруза консервированная терм. обр.		40	0,32	0,96	1,56	34,8
Чай с сахаром	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:		105,00				

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 5 – 7 мая 2025г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник					
Тефтели мясные	100	12,04	14,66	10,48	205,6
Рис припущенный	180	4,4	7,2	34	221
Огурец консервированный	100	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из смеси 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:	105,00				
Вторник					
Котлеты рыбные «Любительские»	100	15,04	13,8	16,3	215,6
Картофель отварной с маслом	180	6,67	9,85	39,7	242,8
Овощи тушеные	100	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:	105,00				
Среда					
Голубцы «Любительские»	100	14,6	11,2	12,8	206,3
Макаронные изд. отварные	180	4,8	9,8	38,5	225,8
Сок фруктовый (овощной)	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:	105,00				

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 5 – 7 мая 2025г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
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
Огурец консервированный	60	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из смеси 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:	105,00				
Вторник					
Тефтели мясные в соусе	100	14,6	11,2	12,8	206,3
Гороховое пюре	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:	105,00				
Среда					
Плов с мясом птицы	250	16,8	19,1	20,3	384
Морская капуста 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:	105,00				

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; для детей 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 5 – 7 мая 2025г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
Понедельник					
Завтрак			Обед		
Макаронные изд. с сыром, маслом	394	210	Суп овощной со сметаной	124	200/10/5
Икра из кабачков		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	Огурец консервированный		60
			Компот из смеси сухофруктов	639	180
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		177,00
Вторник					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый, масло сливочное		15/8	Рассольник «Ленинградский», смет	132	200/10/5
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	200
			Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		177,00
Среда					
Завтрак			Обед		
			Уха рыбацкая		200
Зап. рис. с творогом, соусом мол.	253	200/50	Голубцы «Любительские»		90/50
Какао с молоком	693	200	Макаронные изд. отварные	332	150
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		20/35	Сок фруктовый (овощной)		180
Кондитерское изделие		20	Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен.		28/52
Молоко		200	Стоимость рациона:		177,00

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 5 – 7 мая 2025г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход
Понедельник					
Завтрак			Обед		
Сыр твердый, масло сливочное		15/8	Суп из овощей со сметаной	99	200
Каша манная молочная с маслом	311	150/5	Котлеты мясные		90
Какао на молоке	685	200	Макаронные изд. отварные с маслом	332	150
Хлеб пшенично-ржаной/ Батон		20/35	Огурец консервированный		60
Фрукт консервированный		100	Компот из смеси сухофруктов	639	180
Молоко		200	Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		28/52
			Стоимость рациона:		177,00
Вторник					
Завтрак			Обед		
Вареники (п/ф) отварные с маслом	394	200/10	Рассольник «Ленинградский», смет.	132	200
Огурец консервированный		35	Тефтели мясные в соусе		90
Чай с сахаром, лимоном	686	200	Гороховое пюре		150
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный		35/20	Овощи тушеные	ТТК-5	60
			Компот из ягод б/з	647	180
Молоко		200	Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшен		28/52
			Стоимость рациона:		177,00
Среда					
Завтрак			Обед		
Омлет натуральный с маслом	340	200/10	Уха рыбацкая		200
Кукуруза конс. терм. обр.		40	Плов с мясом птицы	436	250
Чай с сахаром	692	200	Морская капуста 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:		177,00

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; детей 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 5 – 7 мая 2025г

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
Понедельник			
Завтрак		Обед	
Макаронные изделия с сыром, маслом	250	Суп из овощей, сметаной	270
Икра кабачковая	40	Тефтели мясные в соусе	100
Чай с сахаром	200	Рис припущенный	180
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	30/50	Огурец консервированный	100
		Компот из смеси сухофруктов	200
Молоко	200	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70
		Стоимость рациона:	177,00
Вторник			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый, масло сливочное	15/10	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	270
Каша овсяная молочная с маслом	200/10	Котлеты рыбные «Любительские»	100
Кофейный напиток	200	Картофель отварной с маслом	180
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	30/50	Овощи тушеные	100
Фрукт консервированный	100	Компот из св/мороженных ягод	200
Молоко	200	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70
		Стоимость рациона:	177,00
Среда			
Завтрак		Обед	
		Уха рыбацкая	250
Запеканка рисовая с творогом, соус. мол.	230/50	Голубцы «Любительские»	100
Какао с молоком	200	Макаронные изд. отварные	180
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничн	30/50	Сок фруктовый (овощной)	200
Кондитерское изделие	20	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	177,00

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 5 – 7 мая 2025г

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Наименование блюд и изделий	выход
Понедельник			
Завтрак		Обед	
Сыр твердый, масло сливочное	15/8	Суп из овощей со сметаной	250
Каша манная молочная с маслом	180/5	Котлеты мясные	100
Какао на молоке	200	Макаронные изд. отварные с маслом	180
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн	30/50	Огурец консервированный	60
Фрукт консервированный	100	Компот из смеси сухофруктов	200
Молоко	200	Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	40/70
		Стоимость рациона:	177,00
Вторник			
Завтрак		Обед	
Вареники (п/ф) отварные с маслом	230/10	Рассольник «Ленинградский» со смет.	250
Огурец консервированный	40	Тефтели мясные в соусе	100
Чай с сахаром, лимоном	200	Гороховое пюре	180
Хлеб пшеничный/ржано-пшеничный	50/30	Овощи тушеные	60
		Компот из ягод б/з	200
		Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	40/70
Молоко	200	Стоимость рациона:	177,00
Среда			
Завтрак		Обед	
Омлет натуральный с маслом	200/10	Уха рыбацкая	250
Кукуруза консервирован. терм. обр.	60	Плов с мясом птицы	280
Чай с сахаром	200	Морская капуста тушеная	60
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн	30/50	Компот из изюма	200
Молоко	200	Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничный	40/70
		Стоимость рациона:	177,00

Бухгалтер

Повар-бригадир

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ

для обучающихся 1-4 классов, членов семьи участника СВО
по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 5 – 7 мая 2025г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник					
Суп из овощей со сметаной	200/10/5	1,82	3,5	9	73
Тефтели мясные	90	12,04	14,66	10,48	205,6
Рис припущенный	150	4,4	7,2	34	221
Огурец консервированный	60	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из смеси 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				
Вторник					
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200/10/5	1,7	6,5	12,3	96
Котлеты рыбные «Любительские»	90	15,04	13,8	16,3	215,6
Картофель отварной с маслом	150/5	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				
Среда					
Уха рыбацкая	200	1,44	8,6	10,9	110
Голубцы «Любительские»	90	14,6	11,2	12,8	206,3
Макаронные изд. отварные	150	4,8	9,8	38,5	225,8
Сок фруктовый (овощной)	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				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ

для обучающихся 1-4 классов, членов семьи участника СВО
по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 5 – 7 мая 2025г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник					
Суп из овощей со сметаной	200	1,82	3,5	9	73
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
Огурец консервированный	60	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из смеси 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:					
Вторник					
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	200	107	6,5	12,3	96
Тефтели мясные в соусе	90	14,6	11,2	12,8	206,3
Гороховое пюре	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:					
Среда					
Уха рыбацкая	200	1,44	8,6	10,9	110
Плов с мясом птицы	250	16,8	19,1	20,3	384
Морская капуста 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:					

Бухгалтер

Повар-бригадир

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е.В.

МЕНЮ

для обучающихся 5-11 классов членов семьи участника СВО
по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 5 – 7 мая 2025г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник					
Суп из овощей со сметаной	270	1,82	4,16	9	75
Тефтели мясные	100	12,04	14,66	10,48	205,6
Рис припущенный	180	4,4	7,2	34	221
Огурец консервированный	100	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из смеси 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:					
Вторник					
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	270	1,7	7,8	12,3	102
Котлеты рыбные «Любительские»	100	15,04	13,8	16,3	215,6
Картофель отварной с маслом	180	6,67	9,85	39,7	242,8
Овощи тушеные	100	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:					
Среда					
Уха рыбацкая	250	2,5	10,3	10,9	125
Голубцы «Любительские»	100	14,6	11,2	12,8	206,3
Макаронные изд. отварные	180	4,8	9,8	38,5	225,8
Сок фруктовый (овощной)	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:					

Бухгалтер

Повар-бригадир

Согласовано:
Директора 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 5 – 7 мая 2025г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	выход	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник					
Суп из овощей со сметаной	250	1,82	4,16	9	75
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
Огурец консервированный	60	3,2	4,6	8,5	50,5
Компот из смеси 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:					
Вторник					
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250	1,7	7,8	12,3	102
Тефтели мясные в соусе	100	14,6	11,2	12,8	206,3
Гороховое пюре	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:					
Среда					
Уха рыбацкая	250	2,5	10,3	10,9	125
Плов с мясом птицы	280	16,8	19,1	20,3	384
Морская капуста 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:					

Бухгалтер

Повар-бригадир

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

Утверждаю:
И.П. Козырева Е.В.



МЕНЮ
обедов по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 5 – 7 мая 2025г.

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
Понедельник						
Суп из овощей со сметаной, гов. отв.	250	45,00	1,82	4,16	9	75
Котлеты мясные	100	85,00	9,2	13,1	8,88	208
Колбасные изделия отварные	50	55,00	7,52	10,0	0,64	40,64
Рис припущенный с маслом	150/5	30,00	3,65	6,44	34	209,8
Цветная капуста б/з тушеная с овощами	100	75,00	2,7	4,17	9,57	70,5
Компот из смеси сухофруктов	200	20,00	0,4	0	25,4	110
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,1	0,3	12,42	66,9
Вторник						
Рассольник «Ленинградский», гов. отв., см	250	50,00	1,7	7,8	12,3	102
Котлета рыбная «Любительская»	100	85,00	15,04	13,8	16,3	215,6
Тефтели мясные в соусе	100	85,00	12,04	14,66	10,48	205,6
Плов с мясом птицы	200	105,00	1,44	10,56	63,12	334,8
Картофель отварной с маслом	150/5	50,00	3,6	6,5	25	201
Гороховое пюре с маслом	150/5	20,00	6,67	9,85	39,7	242,8
Овощи тушеные	100	75,00	1,8	1,28	3,38	36,8
Компот из ягод б/з	200	35,00	0,4	0	30,4	68
Хлеб пшеничный	30	3,00	2,1	0,3	12,42	66,9
Среда						
Уха рыбацкая	250	45,00	2,5	10,3	10,9	125
Жаркое по домашнему	250	120,00	16,8	19,1	20,3	384
Голубцы ленивые	100	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	100	60,00	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

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____