

Согласовано:
Директор МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО
Т. 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 29-30 декабря 2025г.

Вариант 1

Вариант 2

Питание по типу Завтрака			Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход	Ккал	Наименование блюд	Выход	Ккал
Понедельник					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117
Каша молочная гречневая с маслом	160	240	Макароны отв. с овощами	160	267
Чай с сахаром	200	35	Чай с сахаром	200	35
Хлеб пшен.-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Хлеб пшен.-ржаной/Батон	20/30	115,7
Фрукт	100	95	Фрукт	100	95
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					
Вторник					
Масло сливочное (порционно)	10	77	Масло сливочное (порционно)	10	77
Омлет натуральный	200	302,1	Плов с мясом	200	405,6
Помидор в нарезку	40	3,8	Помидор в нарезку	50	6,9
Кофейный напиток	200	119	Чай с лимоном, сахаром или мёдом	200	53
Хлеб пшен.-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 105,00					

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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

Утверждаю
ИП Козырева Е. В.



МЕНЮ

Меню завтраков и обедов для учащихся льготных категорий 1-11 классы (ОВЗ)

Вариант 1 • получающих двухразовое питание по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 29-30 декабря 2025г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал	Наименование блюд изделий	Выход	ккал	Выход	ккал
Понедельник Завтрак	1-4кл.		5-11кл.		Понедельник Завтрак	1-4кл.		5-11кл.	
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154
Каша молочная гречневая с маслом	160	240	210	262,5	Макароны отварные с овощами	160	267	200	303,7
Чай с сахаром	200	35	200	35	Чай с сахаром	200	35	200	35
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	217,1	Хлеб пшенично-ржаной/Батон	20/30	115,7	30/50	217,1
Фрукт	100	95	100	95	Фрукт	100	95	100	95
Молоко питьевое на разлив	200	112			Молоко	200	112		
Обед:					Обед:				
Суп картофельный с рисом	200	106	250	116	Суп картофельный с рисом	200	106	250	116
Котлеты мясные	90	208	100	216	Тефтели рыбные	90	179,5	120	212,3
Макарон. изд. отварные с маслом	150	202,8	180	228	Капуста тушеная	150	143	180	161,7
Икра кабачковая	60	81,72	100	92	Смесь мексиканская с тушен. овощами	60	75,8	100	85,8
Компот из сухофруктов	180	110	200	110	Компот из сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен	28/52	211,8	40/70	299,5	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	211,8	40/70	299,5
Стоимость рациона: 177					Стоимость рациона: 177				
Вторник Завтрак					Вторник Завтрак				
Масло сливочное (порционно)	10	77	10	77	Масло сливочное (порционно)	10	77	10	77
Омлет натуральный	200	302,1	230	342,1	Плов с мясом	200	405,6	250	425,6
Помидор в нарезку	40	3,8	60	6,9	Помидор в нарезку	50	6,9	50	6,9
Кофейный напиток	200	119	200	119	Чай с лимоном, сахаром или мёдом	200	53	200	53
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен	20/35	122	30/50	217,1	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	217,1
Молоко питьевое на разлив	200	112			Молоко	200	112		
Обед:					Обед:				
Суп картофельный с горохом	200	114,8	250	125,7	Суп картофельный с горохом	200	114,8	250	125,7
Рыба, припущенная с овощами	90	112	120	149,3	Биточки мясные	90	240	100	248
Рис отварной	150	241	180	241	Макароны отварные с маслом	150	202,8	180	228
Огурец в нарезку	60	4,8	100	5,2	Морковь тушёная	60	58,4	100	68,6
Сок фруктовый	180	138	200	138	Компот из св. яблок	200	124	200	124
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	211,8	40/70	299,5	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	211,8	40/70	299,5
Стоимость рациона: 177					Стоимость рациона: 177				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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

Утверждаю
ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ

Меню обедов для учащихся льготных категорий 1-11 классы (СВО)
получающих питание по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 29-30 декабря 2025г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал
Понедельник	1-4кл.		5-11кл.	
Обед:				
Суп картофельный с рисом	200	106	250	116
Котлеты мясные	90	208	100	216
Макаронные изд. отварные с маслом	150	202,8	180	228
Икра кабачковая	60	81,72	100	92
Компот из сухофруктов	180	110	200	110
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен	28/52	211,8	40/70	299,5
Стоимость рациона:105				
Вторник				
Обед:				
Суп картофельный с горохом	200	114,8	250	125,7
Рыба, припущенная с овощами	90	112	120	149,3
Рис отварной	150	241	180	241
Огурец в нарезку	60	4,8	100	5,2
Сок фруктовый	180	138	200	138
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	211,8	40/70	299,5
Стоимость рациона:105				

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал
Понедельник	1-4 кл.		5-11кл.	
Обед:				
Суп картофельный с рисом	200	106	250	116
Тефтели рыбные	90	179,5	120	212,3
Капуста тушеная	150	143	180	161,7
Смесь мексиканская с тушен. овощами	60	75,8	100	85,8
Компот из сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	211,8	40/70	299,5
Стоимость рациона:105				
Вторник				
Обед:				
Суп картофельный с горохом	200	114,8	250	125,7
Биточки мясные	90	240	100	248
Макароны отварные с маслом	150	202,8	180	228
Морковь тушёная	60	58,4	100	68,6
Компот из св. яблок	200	124	200	124
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	211,8	40/70	299,5
Стоимость рациона: 105				

Бухгалтер

Повар-бригадир

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



Утверждаю
ИП Козырева Е. В.



МЕНЮ

Меню по типу завтраков для учащихся льготных категорий 5-11 классы
получающих питание по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 29-30 декабря 2025г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Наименование блюд и изделий	Выход	ккал
Понедельник	5-11кл.		Понедельник	5-11кл.	
Обед:			Обед:		
Котлеты мясные	100	216	Тефтели рыбные	120	212,3
Макарон. изд. отварные с маслом	180	228	Капуста тушеная	180	161,7
Икра кабачковая	100	92	Смесь мексиканская с тушен. овощами	100	85,8
Компот из сухофруктов	200	110	Компот из сухофруктов	200	110
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен	40/70	299,5	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	40/70	299,5
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
Вторник			Вторник		
Обед:			Обед:		
Рыба, припущенная с овощами	120	149,3	Биточки мясные	100	248
Рис отварной	180	241	Макароны отварные с маслом	180	228
Огурец в нарезку	100	8,2	Морковь тушёная	100	68,6
Сок фруктовый	200	138	Компот из св. яблок	200	124
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	40/70	299,5	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	40/70	299,5
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона: 105		

Вариант 2

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____