

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 27-30 апреля 2026г.

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
Макаронные изделия с сыром	200	341	Каша молочная рисовая	230	240
Икра из кабачков	40	24,3	Какао на молоке	200	95
Чай с сахаром, шиповником	200	51	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122			
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 126,00					
Вторник					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117
Каша молочная овсяная с маслом	150	191,6	Вареники с карт.,(п/ф) от., с маслом	150	245
Кофейный напиток	200	119	Чай с лимоном, сахаром или мёдом	200	53
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Фрукт	100	95	Фрукт	100	95
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 126,00					
Среда					
Масло сливочное (порционно)	10	77	Масло сливочное (порционно)	10	77
Запекан. рис. с твор. соус мол. или мёдом	180/50	288	Омлет натуральный	165	322,1
Какао на молоке	200	95	Кукуруза консервированная	40	52
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Чай с сахаром	200	35
Кондитерское изделие	20	95,8	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
			Кондитерское изделие	30	103
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 126,00					
Четверг					
Тефтели рыбные с соусом	90	179,5	Котлеты мясные запечённые	90	198
Гороховое пюре	150	241,6	Макароны отварные с маслом	150	202,8
Огурец в нарезку	30	3,8	Гарнир «Ассорти»	30	31,53
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Чай с сахаром или мёдом	200	51
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Молоко	200	112	Молоко	200	112
Итого:			Итого:		
Стоимость рациона: 126,00					

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) получающих двухразовое питание по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 27-30 апреля 2026г.

Вариант 1

Вариант 2

Наименование блюд и изделий		Выход	ккал	Выход	ккал	Наименование блюд и изделий		Выход	ккал	Выход	ккал
		1-4кл.		5-11кл.				1-4кл.		5-11кл.	
Понедельник	Завтрак					Понедельник	Завтрак				
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154		Сыр, масло сливочное	10/8	117	20/10	154	
Макаронные изделия с сыром	200	341	250	415		Каша молочная рисовая	230	240	250	285	
Икра кабачковая	40	24,3	100	92		Какао на молоке	200	95	200	95	
Чай с сахаром, шиповником	200	51	200	51		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	200	112			
Молоко	200	112									
Обед:						Обед:					
Суп овощной со сметаной	200	104,8	250	131		Суп из овощей со сметаной	200	104,8	250	131	
Тефтели мясные к/м в соусе	90	208,6	100	221,4		Котлеты мясные	90	202	100	216	
Рис припущенный	150	241	180	250		Макаронные изд. отварные с маслом	150	202,8	180	228	
Огурец в нарезку	60	4,8	100	5,8		Огурец в нарезку	60	4,8	100	5,8	
Компот из смеси сухофруктов	180	110	200	110		Компот из смеси 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: 213						Стоимость рациона: 213					
Вторник	Завтрак					Вторник	Завтрак				
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154		Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154	
Каша овсяная молочная с маслом	150	191,6	210	227		Вареники с картоф., (п/ф) от., с маслом	150	318	200	387	
Кофейный напиток	200	119	200	119		Чай с лимоном, сахаром или мёдом	200	53	200	53	
Хлеб пшеничный -ржаной/Хлеб пшенич.	20/35	122	30/50	217,1		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	217,1	
Фрукт	100	95	100	95		Фрукт	100	95	100	95	
Молоко	200	112				Молоко	200	112			
Обед:						Обед:					
Рассольник «Ленинградский», сметана	200	106	250	106		Рассольник «Ленинградский», сметана	200	106	250	106	
Котлета рыбная «Любительская»	90	205,6	100	215,6		Тефтели мясные в соусе	90	208,6	100	221,4	
Картофель отварной с маслом	150	201	180	231		Гороховое пюре	150	241,6	180	242,8	
Овощи тушённые	60	34,8	100	36,8		Овощи тушёные	60	48,6	100	80,3	
Компот из ягод	200	142	200	142		Компот из ягод	200	142	200	142	
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	28/52	211,8	40/70	299,5		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	211,8	40/70	299,5	
Стоимость рациона: 213						Стоимость рациона: 213					
Среда	Завтрак					Среда	Завтрак				
Масло сливочное (порционно)	10	77	10	77		Масло сливочное (порционно)	10	77	10	77	
Запекн. рис. с творог., соус мол. или мёдом	180/50	288	200/50	326,2		Омлет натуральный	165	322,1	210	342,1	
Какао на молоке	200	95	200	95		Кукуруза консервированная	40	52	40	52	
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	217,1		Чай с сахаром	200	35	200	35	
Кондитерское изделие	20	95,8	20	95,8		Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	217,1	
Молоко	200	112				Кондитерское изделие	30	103	30	103	
						Молоко	200	112			
Обед:						Обед:					
Уха рыбацкая	200	118,9	250	148,6		Уха рыбацкая	200	118,9	250	148,6	
Голубцы «Любительские»	100	206,3	120	216,3		Плов с мясом птицы	250	390,6	280	406,6	
Макаронные изделия отварные	150	202,8	180	225,8		Морская капуста тушёная	60	54	100	90	
Сок	180	138	200	138		Компот из изюма	180	130,5	200	140,5	
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: 213						Стоимость рациона: 213					
Четверг	Завтрак					Четверг	Завтрак				
Тефтели рыбные с соусом	90	179,5	100	212,3		Котлеты мясные запечённые	90	198	100	208	
Гороховое пюре	150	241,6	180	261,6		Макароны отварные с маслом	150	202,8	180	228	
Огурец в нарезку	30	3,8	40	5,07		Гарнир «Ассорти»	30	31,53	60	63,06	
Чай с сахаром, лимоном	200	53	200	53		Чай с шиповником	200	51	200	51	
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	200	112				Молоко	200	112			
Обед:						Обед:					
Суп с клёцками	200	146,7	250	146,7		Суп картофельный с клёцками	200	146,7	250	146,7	
Жаркое по-домашнему	250	384	280	430		Биточки мясные	90	218	100	228	
Гарнир «Ассорти»	60	63,06	100	105,1		Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	240	180	262,5	
Кисель из ягод	200	76	200	76		Свекла тушёная с сыром	60	46,4	100	59,4	
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	211,8	40/70	299,5		Напиток лимонный	200	93	200	93	
						Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	211,8	40/70	299,5	
Стоимость рациона: 213						Стоимость рациона: 213					

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 27-30 апреля 2026г.

Вариант 1

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал	Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал
Понедельник	1-4кл.		5-11кл.		Понедельник	1-4 кл.		5-11кл.	
Обед:					Обед:				
Суп овощной со сметаной	200	104,8	250	131	Суп из овощей со сметаной	200	104,8	250	131
Тефтели мясные к/м в соусе	90	208,6	100	221,4	Котлеты мясные	90	202	100	216
Рис припущенный	150	241	180	250	Макаронные изд. отварные с маслом	150	202,8	180	228
Огурец в нарезку	60	4,8	100	5,8	Огурец в нарезку	60	4,8	100	5,8
Компот из смеси сухофруктов	180	110	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	28/52	211,8	40/70	299,5	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	211,8	40/70	299,5
Стоимость рациона: 105,00					Стоимость рациона: 105,00				
Вторник					Вторник				
Обед:					Обед:				
Рассольник «Ленинградский», сметана	200	106	250	106	Рассольник «Ленинградский», сметана	200	106	250	106
Котлеты рыбные «Любительская»	90	205,6	100	215,6	Тефтели мясные в соусе	90	208,6	100	221,4
Картофель отварной с маслом	150	201	180	231	Гороховое пюре	150	241,6	180	242,8
Овощи тушеные	60	34,8	100	36,8	Овощи тушёные	60	48,6	100	80,3
Компот из ягод	200	142	200	142	Компот из ягод б/з	200	142	200	142
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	28/52	211,8	40/70	299,5	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	211,8	40/70	299,5
Стоимость рациона: 105,00					Стоимость рациона: 105,00				
Среда					Среда				
Обед:					Обед:				
Уха рыбацкая	200	118,9	250	148,6	Уха рыбацкая	200	118,9	250	148,6
Голубцы «Любительские»	100	206,3	120	216,3	Плов с мясом птицы	250	390,6	280	406,6
Макаронные изделия отварные	150	202,8	180	225,8	Морская капуста тушёная	60	54	100	90
Сок	180	138	200	138	Компот из изюма	180	130,5	200	140,5
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	28/52	211,8	40/70	299,5	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	211,8	40/70	299,5
Стоимость рациона: 105,00					Стоимость рациона: 105,00				
Четверг					Четверг				
Обед:					Обед:				
Суп картофельный с клёцками	200	146,7	250	146,7	Суп картофельный с клёцками	200	146,7	250	146,7
Жаркое по-домашнему	250	384	280	430	Биточки мясные	90	218	100	228
Гарнир «Ассорти»	60	63,06	100	105,1	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	240	180	262,5
Кисель из ягод	200	76	200	76	Свекла тушёная с сыром	60	46,4	100	59,4
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	28/52	211,8	40/70	299,5	Напиток лимонный	200	93	200	93
Стоимость рациона: 105,00					Стоимость рациона: 105,00				

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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



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 27-30 апреля 2026г.

Вариант 1

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Наименование блюд и изделий	Выход	ккал
Понедельник	5-11кл.		Понедельник	5-11кл.	
Обед:			Обед:		
Тефтели мясные к/м в соусе	100	221,4	Котлеты мясные	100	216
Рис припущенный	180	250	Макаронные изд. отварные с маслом	180	228
Огурец в нарезку	100	5,8	Огурец в нарезку	100	5,8
Компот из смеси сухофруктов	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70	299,5	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70	299,5
Стоимость рациона:126,00			Стоимость рациона:126,00		
Вторник			Вторник		
Обед:			Обед:		
Котлеты рыбные «Любительская»	100	215,6	Тефтели мясные в соусе	100	221,4
Картофель отварной с маслом	180	231	Гороховое пюре	180	242,8
Овощи тушеные	100	36,8	Овощи тушёные	100	80,3
Компот из ягод	200	142	Компот из ягод	200	142
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70	299,5	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70	299,5
Стоимость рациона:126,00			Стоимость рациона: 126,00		
Среда			Среда		
Обед:			Обед:		
Голубцы «Любительские»	120	216,3	Плов с мясом птицы	280	406,6
Макаронные изделия отварные	180	225,8	Морская капуста тушёная	100	90
Сок	200	138	Компот из изюма	200	140,5
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70	299,5	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70	299,5
Стоимость рациона:126,00			Стоимость рациона:126,00		
Четверг			Четверг		
Обед:			Обед:		
Жаркое по-домашнему	280	430	Биточки мясные	100	228
Гарнир «Ассорти»	100	105,1	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	262,5
Кисель из ягод	200	76	Свекла тушёная с сыром	100	59,4
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70	299,5	Напиток лимонный	200	93
			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	40/70	299,5
Стоимость рациона:126,00			Стоимость рациона:126,00		

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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



Утверждаю:
 ИП Козырева Е. В.



МЕНЮ свободной раздачи
завтраков по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 27-30 апреля 2026г.

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
27 апреля							
Понедельник							
Бутерброд с сыром, масло слив.		15/10/8	40,00	7,92	4,21	16,16	117
Каша молочная рисовая		200	60,00	6,8	11,3	34,3	285
Макаронные изделия с сыром	672	200	60,00	13,5	17,2	40,2	341
Чай с сахаром, шиповником		200	15,00	0,1	0,03	9,9	51
Какао на молоке	693	200	25,00	2,3	2,5	13,7	95
Хлеб пшеничный		30	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
28 апреля							
Вторник							
Бутерброд с сыром, масло слив.		15/10/8	40,00	7,92	4,21	16,16	117
Каша овсяная молочная с маслом		200	60,00	6,8	11,3	34,3	227
Вареники п/ф отварные с маслом		200	70,00	11,2	17,2	44,5	318
Кофейный напиток	692	200	25,00	2,4	2,4	18,5	119
Чай с лимоном, сахаром или мёдом	591	200	15,00	0,2	0,04	10,2	53
Хлеб пшеничный		30	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
29 апреля							
Среда							
Бутерброд с маслом		15/10	30,00	2,21	8,64	10,64	95
Запеканка рис с творогом, соусом мол.	451	200/50	80,00	10,45	11,1	11,1	326,2
Омлет натуральный с маслом	340	200	120,00	11,46	17,6	16,4	342,1
Какао на молоке	693	200	25,00	2,3	2,5	13,7	95
Чай с сахаром	685	200	10,00	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб пшеничный		30	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
30 апреля							
Четверг							
Тефтели рыбные с соусом		90,00	90,00	10,9	19	38,6	179,5
Котлеты мясные запечённые		90,00	90,00	11,9	14,06	11,04	198
Макаронные изделия отварные	332	150	25,00	4,1	7,5	38,5	202,8
Гороховое пюре с маслом		150	20,00	14,67	5,78	34,46	241,6
Чай с сахаром, лимоном	686	200	15,00	0,2	0,04	10,2	53
Чай с шиповником		200	15,00	0,1	0,03	9,9	51
Хлеб пшеничный		30	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

