

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



Утверждаю
ИП Козырева Е. В.



МЕНЮ

полдников на летнюю оздоровительную площадку для детей посещающих дежурную группу по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 28 мая – 3 июня 2026г.

Наименование блюд и изделий	Выход	Ккал
28 мая		
Оладьи с джемом	100	310
Молоко	200	112
Итого: Энергическая ценность за день 422		
29 мая		
Булочка с помадкой	100	340
Сок фруктовый	200	88
Итого: Энергическая ценность за день 428		
1 июня		
Булочка с повидлом	100	320
Молоко	200	112
Итого: Энергическая ценность за день 432		
2 июня		
Булочка «Карамелька»	100	343
Кисель	200	176,7
Итого: Энергическая ценность за день 519,7		
3 июня		
Булочка со сгущёнкой	100	388
Компот из ягод (б/з)	200	103,14
Итого: Энергическая ценность за день 491,14		

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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

Утверждаю
 ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

на летнюю оздоровительную площадку для детей в возрасте от 6,5 до 10 лет
 по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 28 мая-3 июня 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	
28 мая						
Завтрак			Обед			
Макаронные изделия с сыром, маслом	150/15/10	297	Щи с картофелем, св., капустой со смет.	215	93,4	
Икра из кабачков (термообработка)	30	34,8	Фрикадельки мясные в соусе	100	214	
Чай с сахаром, молоком	200	80,93	Рис отварной	150	241	
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн.	20/40	116,12	Огурец в нарезку	60	10,4	
Фрукт	100	118	Кисель	200	176,7	
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	60/32	245,73	
Итого: Энергетическая ценность за день 1628,08						
				Стоимость рациона:	185,48	
29 мая						
Завтрак			Обед			
Сыр, масло сливочное (порционно)	15/10	137	Рассольник «Ленинградский», сметана	215	116	
Каша овсяная молочная с маслом	260/5	320	Тефтели рыбные в соусе	120	237,6	
Кофейный напиток	200	98	Картофельное пюре с маслом	150	199	
Батон нарезной	40	68,97	Помидор в нарезку	60	15	
Хлеб ржано-пшеничный	20	77,4	Компот из ягод	200	103,14	
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	60/32	245,73	
Итого: Энергетическая ценность за день 1617,84						
				Стоимость рациона:	185,48	
1 июня						
Завтрак			Обед			
Масло сливочное (порционно)	10	77	Суп картоф. с рыбными консервами	250	135,05	
Вареники отварные с маслом	250	356	Котлета мясная запеченная	90	241	
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	216	
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн.	20/40	116,12	Морковь тушеная	60	31,66	
Кондитерское изделие	30	166	Сок фруктовый	200	88	
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	60/32	245,73	
Итого: Энергетическая ценность за день 1725,56						
				Стоимость рациона:	185,48	
2 июня						
Завтрак			Обед			
Масло сливочное (порционно)	10	77	Борщ с картоф., св., капустой, сметаной	215	128,4	
Запеканка рисовая с творогом, мол соус.	150/30	310,84	Курица тушёная с соусом	100	158,8	
Какао с молоком	200	112,5	Макаронные изд. отварные	150	202,8	
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн.	20/40	116,12	Помидор в нарезку	60	15	
Молоко	150	112	Компот из сухофруктов	200	176,7	
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	60/32	245,73	
Итого: Энергетическая ценность за день 1655,89						
				Стоимость рациона:	185,48	
3 июня						
Завтрак			Обед			
Сыр, масло сливочное (порционно)	15/10	137	Суп картофельный с горохом	200	171,1	
Каша манная молочная с маслом	200	305	Голубцы «Любительские»	100	156	
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Картофель запеченный	150	181,5	
Булочка «Детская»	60	47	Свекла тушеная	60	78,82	
Фрукт	100	118	Сок фруктовый	200	88	
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн.	20/40	116,12	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	60/32	245,73	
Итого: Энергетическая ценность за день 1697,27						
				Стоимость рациона:	185,48	

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

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

Утверждаю
 ИП Козырева Е.В.



МЕНЮ

на летнюю оздоровительную площадку для детей в возрасте от 10 до 15 лет (включительно)
 по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 28 мая-3 июня 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	
28 мая						
Завтрак			Обед			
Макаронные изделия с сыром, маслом	200/15/10	373,5	Щи из свежей капусты, сметана	275	93,4	
Икра из кабачков (термообработка)	30	34,8	Фрикадельки мясные в соусе	100	214	
Чай с сахаром, молоком	200	80,93	Рис отварной	180	241	
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшенич.	30/50	206,25	Огурец в нарезку	100	17,3	
Фрукт	100	118	Кисель	200	176,7	
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	80/50	337	
Итого: Энергетическая ценность за день 1892,88						
				Стоимость рациона:	209,16	
29 мая						
Завтрак			Обед			
Сыр, масло сливочное (порционно)	20/10	137	Рассольник «Ленинградский», сметана	275	147	
Каша овсяная молочная с маслом	300	348	Тефтели рыбные в соусе	120	237,6	
Кофейный напиток	200	98	Картофельное пюре с малом	180	228	
Хлеб пшен.-ржаной/ Батон	30/50	206,25	Помидор в нарезку	100	21	
			Компот из ягод б/з	200	103,14	
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	80/50	337	
Итого: Энергетическая ценность за день 1862,99						
				Стоимость рациона:	209,16	
1 июня						
Завтрак			Обед			
Масло сливочное (порционно)	10	77	Суп карт. с рыбными консервами	250	135,05	
Вареники отварные с маслом	270	356	Котлета мясная запеченная	100	241	
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	226	
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшенич.	30/50	206,25	Морковь тушеная	100	45,67	
Кондитерское изделие	45	186	Сок фруктовый	200	88	
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	80/50	337	
Итого: Энергетическая ценность за день 1950,97						
				Стоимость рациона:	209,16	
2 июня						
Завтрак			Обед			
Масло сливочное (порционно)	10	77	Борщ с картофелем, св. капуст., сметаной	275	146,4	
Запеканка рисовая с творогом, мол. соус.	200/30	332	Курица тушёная в соусе	100	161	
Какао с молоком	200	112,5	Макаронные изд. отварные	180	206	
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшенич.	30/50	206,25	Помидор в нарезку	100	21	
Молоко	180	112	Компот из смеси сухофруктов	200	176,7	
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	80/50	337	
Итого: Энергетическая ценность за день 1810,85						
				Стоимость рациона:	209,16	
3 июня						
Завтрак			Обед			
Сыр, масло сливочное (порционно)	20/10	137	Суп картофельный с горохом	275	201	
Каша манная молочная с маслом	250	325	Голубцы «Любительские»	120	196,75	
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Картофель запеченный	180	181,5	
Булочка «Детская»	60	47	Свекла тушеная	100	85	
Фрукт	100	118	Сок фруктовый	200	88	
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшенич.	30/50	206,25	Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	80/50	337	
Итого: Энергетическая ценность за день 1975,5						
				Стоимость рациона:	209,16	

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____