

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 4-10 июня 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	
4 июня						
Завтрак			Обед			
Сыр, масло сливочное (порционно)	15/10	137	Суп картофельный с рисом	200	116,4	
Каша молочная гречневая с маслом	170	268	Биточки мясные	90	240	
Чай с сахаром	200	35	Макаронные изд. отв. с маслом	150	190,5	
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/40	116,12	Помидор в нарезку	60	15	
Фрукт	100	118	Компот из ягод	200	103,14	
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32	245,73	
Итого: Энергетическая ценность за день 1584,86						
				Стоимость рациона:	185,48	
5 июня						
Завтрак			Обед			
Масло сливочное (порционно)	10	77	Борщ с картоф., св., капустой, сметаной	215	134,4	
Омлет натуральный	150	238	Рыба тушеная с овощами	130	224	
Зеленый горошек консервированный	30	34,8	Картофельное пюре с маслом	150	199	
Кофейный напиток	200	98	Огурец в нарезку	60	10,4	
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/40	116,12	Компот из изюма	200	126	
Напиток кисло-молочный	150	112	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан	60/32	245,73	
Итого: Энергетическая ценность за день 1615,42						
				Стоимость рациона:	185,48	
8 июня						
Завтрак			Обед			
Запеканка из творога с соусом молоч.	200/50	401	Суп картофельный	200	118,6	
Кукуруза консервированная	40	34,8	Гуляш	100	289	
Какао с молоком	200	112,5	Каша гречневая	150	235	
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/40	116,12	Морковь тушеная	60	31,66	
			Сок фруктовый	200	88	
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан	60/32	245,73	
Итого: Энергетическая ценность за день 1672,38						
				Стоимость рациона:	185,48	
9 июня						
Завтрак			Обед			
Тефтели рыбные	120	279	Суп картоф. с макарон. изд. (овощи)	200	83	
Гороховое пюре	150	168	Плов с мясом	250	354,8	
Огурец в нарезку	30	5,2	Овощи тушеные	60	49,2	
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Компот из сухофруктов	200	176,7	
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен	20/40	116,12	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан	60/32	245,73	
Кондитерское изделие	30	166				
Итого: Энергетическая ценность за день 1696,72						
				Стоимость рациона:	185,48	
10 июня						
Завтрак			Обед			
Сыр, масло сливочное (порционно)	15/10	137	Борщ карт., (свекольник), сметаной	215	196	
Каша пшеничная молочная с маслом	165	224	Пельмени п/ф отварные	250	402	
Чай с сахаром, молоком	200	80,93	Помидор в нарезку	60	15	
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/40	116,12	Сок фруктовый	200	88	
Фрукт	100	118	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан	60/32	245,73	
Итого: Энергетическая ценность за день 1622,75						
				Стоимость рациона:	185,48	

Бухгалтер

Повар-бригадир

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

Утверждаю
 ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ

разового питания на летнюю оздоровительную площадку для детей в возрасте от 6,5 до 10 лет
 в столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО 4-10 июня 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	Наименование блюд и изделий	выход
4 июня				
Обед				
Сыр, масло сливочное (порционно)	15/10	137	Суп картофельный с рисом	200
Каша гречневая молочная с маслом	170	268	Биточки мясные	90
Чай с сахаром	200	35	Макаронные изд. отв. с маслом	150
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/40	116,12	Помидор в нарезку	60
Фрукт	100	118	Компот из ягод б/з	200
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32
Полдник				
			Булочка с маком	100
			Молоко	200
			Кондитерское изделие	30
			Стоимость рациона:	231,89
5 июня				
Завтрак				
Масло сливочное (порционно)	10	77	Борщ с карт., св., капустой, сметаной	215
Омлет натуральный с маслом	150	238	Рыба тушеная с овощами	150
Зеленый горошек конс. тер. обр.	30	34,8	Картофельное пюре с маслом	150
Кофейный напиток	200	98	Огурец в нарезку	60
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/40	116,12	Компот из изюма	200
Напиток кисло-молочный	150	112	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32
Полдник				
			Булочка «Ажурная»	60
			Чай с сахаром	200
			Фрукт консервированный	80
			Стоимость рациона:	231,89
8 июня				
Завтрак				
Запеканка из творога с соусом молоч.	200/50	401	Суп картофельный	200
Кукуруза консервированная (термообр.)	40	34,8	Гуляш	100
Какао с молоком	200	112,5	Каша гречневая	150
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/40	116,12	Морковь тушеная	60
			Сок фруктовый	200
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32
Полдник				
			Открытый пирог с повидлом	100
			Молоко	200
			Кондитерское изделие	30
			Стоимость рациона:	231,89
9 июня				
Завтрак				
Тефтели рыбные	160	279	Суп картоф., с макарон. изд. (овощи)	200
Гороховое пюре	150	168	Плов с мясом	250
Огурец в нарезку	30	1,2	Овощи тушеные	60
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Компот из сухофруктов	200
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/40	116,12	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32
Кондитерское изделие	30	166		
Полдник				
			Булочка с помадкой	100
			Сок фруктовый	230
			Стоимость рациона:	231,89
10 июня				
Завтрак				
Сыр, масло сливочное (порционно)	20/10	137	Борщ с карт. (свекольник), овощи	215
Каша пшеничная молочная с маслом	165	224	Пельмени п/ф отварные	250
Чай с сахаром, молоком	200	80,93	Помидор в нарезку	60
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/40	116,12	Сок фруктовый	200
Фрукт	100	118	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32
Полдник				
			Запеканка рисовая с творогом	100/30
			Кисель	200
			Батон	30
			Стоимость рациона:	231,89

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 4-10 июня 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	Наименование блюд и изделий	выход	Ккал
4 июня					
Завтрак			Обед		
Сыр, масло сливочное (порционно)	20/10	137	Суп картофельный с рисом	275	159,4
Каша молочная гречневая с маслом	210	268	Биточки мясные	100	240
Чай с сахаром	200	35	Макаронные изделия отварные с маслом	180	190,5
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен	30/50	206,25	Помидор в нарезку	100	21
Фрукт	100	118	Компот из ягод б/з	200	103,14
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	80/50	337
Итого: Энергетическая ценность за день 1815,29			Стоимость рациона: 209,16		
5 июня					
Завтрак			Обед		
Масло сливочное (порционно)	10	77	Борщ с картоф., св., капустой. со смет.	275	171,9
Омлет натуральный с маслом	200	267,98	Рыба тушеная с овощами	130	224
Зеленый горошек конс. тер. обр.	50	34,8	Картофельное пюре с маслом	180	228
Кофейный напиток	200	98	Огурец в нарезку	100	17,3
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен	30/50	206,25	Компот из изюма	200	126
Напиток кисло-молочный	180	112	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	80/50	337
Итого: Энергетическая ценность за день 1900,23			Стоимость рациона: 209,16		
8 июня					
Завтрак			Обед		
Запеканка из творога с соусом молоч.	230/50	408	Суп картофельный	275	118,6
Кукуруза консервированная (термообр.)	50	34,8	Гуляш	100	259
Какао на молоке	200	112,5	Каша гречневая рассыпчатая	180	235
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен	30/50	206,25	Морковь тушеная	100	45,67
			Сок фруктовый	200	88
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	80/50	337
Итого: Энергетическая ценность за день 1844,82			Стоимость рациона: 209,16		
9 июня					
Завтрак			Обед		
Тефтели рыбные	120	279	Суп картофельный с макаронными изд	275	83
Гороховое пюре	180	168	Плов с мясом	300	368,6
Огурец в нарезку	50	8	Овощи тушеные	100	82
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Компот из сухофруктов	200	176,7
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен	30/50	206,25	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	80/50	337
Кондитерское изделие	45	169			
Итого: Энергетическая ценность за день 1930,55			Стоимость рациона: 209,16		
10 июня					
Завтрак			Обед		
Сыр, масло сливочное (порционно)	20/10	137	Борщ с картоф., (свекольник) со сметаной	275	206
Каша пшеничная молочная с маслом	200	256	Пельмени	250	402
Чай с сахаром, молоком	200	80,93	Помидор в нарезку	100	21
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен	30/50	206,25	Сок фруктовый	200	88
Фрукт	100	118	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	80/50	337
Итого: Энергетическая ценность за день 1852,18			Стоимость рациона: 209,16		

Бухгалтер _____

Повар-бригадир _____

МЕНЮ

5-х разового питания на летнюю оздоровительную площадку для детей в возрасте от 10 до 15 лет.
 Столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 4-10 июня 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	Наименование блюд и изделий	выход	Ккал
4 июня					
Завтрак			Обед		
Сыр, масло сливочное (порционнo)	20/10	137	Суп картофельный с рисом	275	159,4
Каша гречневая молочная с маслом	210	268	Биточки мясные	100	240
Чай с сахаром	200	35	Макаронные изделия отв. с маслом	180	190,5
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	30/50	206,25	Помидор в нарезку	100	21
Фрукт	100	118	Компот из ягод б/з	200	103,14
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	80/50	337
Полдник					
			Булочка с маком	100	275
			Молоко	230	112
			Кондитерское изделие	50	166
Стоимость рациона:				231,89	
Завтрак			Обед		
5 июня					
Масло сливочное (порционнo)	10	77	Борщ с карт., св., капустой, сметаной	275	171,9
Омлет натуральный с маслом	200	267,98	Рыба тушеная с овощами	150	224
Зеленый горошек конс. тер. обр.	50	34,8	Картофельное пюре с маслом	180	228
Кофейный напиток	200	98	Огурец в нарезку	100	17,3
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	30/50	206,25	Компот из изюма	200	126
Напиток кисло-молочный	180	112	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	80/50	337
Полдник					
			Булочка «Ажурная»	100	253
			Чай с сахаром	230	35
			Фрукт консервированный	80	118
Стоимость рациона:				231,89	
8 июня					
Завтрак			Обед		
Запеканка из творога с соусом молоч.	230/50	408	Суп картофельный	275	118,
Кукуруза консервированная (термообр.)	50	34,8	Гуляш	100	259
Какао с молоком	200	112,5	Каша гречневая	180	235
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	30/50	206,25	Морковь тушеная	100	45,67
			Сок фруктовый	200	88
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	80/50	337
Полдник					
			Открытый пирог с повидлом	100	394
			Молоко	230	112
			Кондитерское изделие	50	166
Стоимость рациона:				231,89	
9 июня					
Завтрак			Обед		
Тефтели рыбные	160	279	Суп картоф., с макарон. изд. (овощи)	275	83
Гороховое пюре	180	168	Плов с мясом	300	368,0
Огурец в нарезку	50	8	Овощи тушеные	100	82
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Компот из сухофруктов	200	176,7
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	30/50	206,25	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	80/50	337
Кондитерское изделие	45	169			
Полдник					
			Булочка с помадкой	100	340
			Чай с сахаром	230	35
			Фрукт консервированный	80	118
Стоимость рациона:				231,89	
10 июня					
Завтрак			Обед		
Сыр, масло сливочное (порционнo)	20/10	137	Борщ с карт. (свекольник), овощи	275	206
Капа пшеничная молочная с маслом	200	256	Пельмени п/ф отварные	250	402
Чай с сахаром, молоком	200	80,93	Помидор в нарезку	100	21
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	30/50	206,25	Сок фруктовый	200	88
Фрукт	100	118	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	80/50	337
Полдник					
			Запеканка рисовая с творогом	130/30	310,
			Кисель	200	176
			Батон нарезной в/с	30	68,9
Стоимость рациона:				231,89	