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 19-23 октября 2026г.

Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход	Ккал
19 октября Понедельник		
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/10	111
Каша манная молочная жидкая	160	197,6
Какао с молоком	200	85
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	16/30	132
Фрукт	100	95
Итого выход	**526**	**620,6**
Дополнительное питание:		
Молоко	200	112
Стоимость рациона: **126,00**		
20 октября Вторник		
Омлет натуральный с маслом	200	317,3
Зелёный горошек (консервированный) тер. обр.	60	34,8
Компот из с/фр. в горячем виде	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	16/30	132
Итого выход	**506**	**594,1**
Дополнительное питание:		
Кисломолочный продукт (Снежок)	200	112
Стоимость рациона: **126,00**		
21 октября Среда		
Пельмени отварные с маслом	200	360,7
Икра из кабачков (термообработка)	60	96
Чай с сахаром, лимоном	200	53
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	16/30	132
Итого выход	**506**	**641,7**
Дополнительное питание:		
Молоко	200	112
Стоимость рациона: **126,00**		
22 октября Четверг		
Рыба запечённая с овощами	120	167,8
Картофельное пюре с маслом	150	189,6
Огурец в нарезку	30	3,8
Чай с шиповником сахаром или мёдом	200	95
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	16/30	132
Итого выход	**546**	**588,2**
Дополнительное питание:		
Молоко	200	112
Стоимость рациона: **126,00**		
23 октября Пятница		
Тефтели мясные с соусом	90/30	208,6
Капуста тушёная	150	113,3
Компот из с/фр. в горячем виде	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	16/30	132
Фрукт	100	95
Итого выход	**616**	**658,9**
Дополнительное питание:		
Молоко	200	112
Стоимость рациона: **126,00**		

Бухгалтер_____ Повар-бригадир_____

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 19-23 октября 2026г.

2 вариант

Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход	Ккал
19 октября Понедельник		
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/10	111
Макаронные изделия отварные с сыром	160	276,8
Икра из кабачков (термообработка)	30	49
Чай с сахаром	200	35
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	16/30	132
Фрукт	100	95
Итого выход	**556**	**698,8**
Дополнительное питание:		
Молоко	200	112
Стоимость рациона: **126,00**		
20 октября Вторник		
Масло сливочное (порционно)	10	77
Каша молочная «Дружба»	250	271
Кисель с ягодой	200	118
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	16/30	132
Итого выход	**506**	**598**
Дополнительное питание:		
Кисломолочный продукт (Снежок)	200	112
Стоимость рациона: **126,00**		
21 октября Среда		
Запеканка творожная с рисом, соус молочный	260	442
Чай с сахаром	200	35
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшеничный	16/30	132
Итого выход	**506**	**609**
Дополнительное питание:		
Молоко	200	112
Стоимость рациона: **126,00**		
22 октября Четверг		
Плов с мясом	250	353
Огурец в нарезку	60	7,6
Чай с шиповником	200	95
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	16/30	132
Итого выход	**556**	**587,6**
Дополнительное питание:		
Молоко	200	112
Стоимость рациона: **126,00**		
23 октября Пятница		
Вареники с картофелем	150	259
Икра из кабачков (термообработка)	30	49
Чай с сахаром, лимоном	200	53
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	16/30	132
Фрукт	100	95
Итого выход	**526**	**588**
Дополнительное питание:		
Молоко	200	112
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

Вариант 1 получающих двухразовое питание по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 19-23 октября 2026г. *Вариант 2*

Наименование блюд и изделий	Выход	ккал	Выход	ккал	Наименование блюд изделий	Выход	ккал	Выход	ккал
Понедельник *19 окт.* **Завтрак**	**1-4кл.**		**5-11кл.**		**Понедельник Завтрак**	**1-4кл**		**5-11кл**	
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/10	111	15/10	138,7	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/10	111	15/10	138,7
Каша манная молочная	160	197,6	200	247	Макаронные изделия отварные с сыром	160	276,8	200	346
Какао с молоком	200	85	200	85	Икра кабачковая	30	49	60	98
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	16/30	132	24/40	186,4	Чай с сахаром	200	35	200	35
Фрукт	100	95	100	95	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	16/30	132	24/40	186,4
Молоко	200	112			Фрукт	100	95	100	95
					Молоко	200	112		
Обед:					**Обед:**				
Суп гороховый	200	161	250	201	Суп гороховый	200	161	250	201
Котлета рыбная «Любительская»	120	269,7	120	269,7	Плов с мясом	250	353	250	441,3
Овощное рагу	150	165	180	172	Огурец в нарезку	60	7,6	60	7,6
Кисель из ягод	200	118	200	118	Напиток из шиповника	200	95	200	95
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен	24/45	198,1	36/60	279	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	24/45	198,1	36/60	279
Стоимость рациона: **213,00**					Стоимость рациона: **213,00**				
Вторник *20 окт.* **Завтрак**					**Вторник Завтрак**				
Омлет натуральный с маслом	200	317,3	250	396,6	Масло сливочное	10	77	10	77
Зелёный горошек (консер.) тем. обр.	60	34,8	60	34,8	Каша молочная «Дружба»	250	271	280	309
Компот из с/фр. в горячем виде	200	110	200	110	Кисель с ягодой	200	108	200	108
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	16/30	132	24/40	186,4	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	16/30	132	24/40	186,4
Кисломолочный продукт (Снежок)	200	112			Кисломолочный продукт (Снежок)	200	112		
Обед:					**Обед:**				
Щи с картоф., св. капустой, сметана	200	75	250	93	Щи с картоф., св. капустой, сметана	200	75	250	93
Кнели куриные	90	214,2	100	238	Пельмени мясные отварные с маслом	250	360,7	250	414,8
Макаронные изделия с маслом	150	202,8	180	242	Морковь тушеная	60	58,6	60	58,6
Компот из ягод	200	138	200	138	Компот из ягод	200	138	200	138
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	24/45	198,1	36/60	279	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	24/45	198,1	36/60	279
Стоимость рациона: **213,00**					Стоимость рациона: **213,00**				
Среда *21 окт.* **Завтрак**					**Среда Завтрак**				
Пельмени отварные с маслом	200	360,7	230	414,8	Запеканка творожная с рисом, соус молоч..	260	402	300	464
Икра из кабачков (термообработка)	60	96	80	128	Чай сахаром	200	35	200	35
Чай с сахаром, лимоном	200	53	200	53	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	16/30	132	24/40	186,4
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	16/30	132	24/40	186,4	Молоко	200	112		
Молоко	200	112							
Обед:					**Обед:**				
Рассольник «Ленинградский» со смет.	200	96	250	135,4	Рассольник «Ленинградский» со смет.	200	96	250	135,4
Овощное рагу с птицей	250	368,7	250	368,7	Биточки мясные	90	128	100	228
Кисель с ягодой	200	108	200	108	Каша гречневая	150	240	180	262,5
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	24/45	198,1	36/60	279	Компот из смеси с/фруктов	200	110	200	110
Кондитерское изделие	15	61	15	61	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	24/45	198,1	36/60	279
					Кондитерское изделие	15	61	15	61
Стоимость рациона:**213,00**					Стоимость рациона: **213,00**				
Четверг *22 окт.* **Завтрак**					**Четверг Завтрак**				
Рыба запечённая с овощами	120	167,8	150	209,7	Плов с мясом	250	353	250	441,3
Картофельное пюре с маслом	150	189,6	180	227,5	Огурец в нарезку	60	7,6	60	7,6
Огурец в нарезку	30	3,8	60	7,6	Чай с шиповником	200	95	200	95
Чай с шиповником сахаром или мёдом	200	95	200	95	Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшенич.	16/30	132	24/40	186,4
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшенич.	16/30	132	24/40	186,4	Молоко	200	112		
Молоко	200	112							
Обед:					**Обед:**				
Борщ с картофелем (свекольник), смет.	200	91	250	113	Борщ с картофелем (свекольник), сметана	200	91	250	113
Печень по-строгановски	100	233	100	233	Жаркое с мясом	250	395,8	280	430
Каша гречневая вязкая	150	217	180	260	Компот из ягод	200	138	200	138
Сок фруктовый	200	100	200	100	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	24/45	198,1	36/60	279
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	24/45	198,1	36/60	279					
Стоимость рациона: **213,00**					Стоимость рациона: **213,00**				
Пятница *23 окт.* **Завтрак**					**Пятница Завтрак**				
Тефтели мясные с соусом	90/30	208,6	100/30	225,9	Вареники с картофелем	150	259	180	310,8
Капуста тушёная	150	113,3	150	113,3	Икра из кабачков (термообработка)	30	49	60	98
Компот из с/фр. в горячем виде	200	110	200	110	Чай с сахаром, лимоном	200	53	200	53
Хлеб пшенично-ржаной /Хлеб пшен.	16/30	132	24/40	186,4	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	16/30	132	24/40	186,4
Фрукт	100	95	100	95	Фрукт	100	95	100	95
Молоко	200	112			Молоко	200	112		
Обед:					**Обед:**				
Суп с макаронными изделиями	200	109	250	136	Суп с макаронными изделиями	200	109	250	136
Плов с мясом	250	441,3	250	441,3	Тефтели рыбные	90	208,5	100	231,7
Овощи тушёные	60	58,6	100	97,6	Гороховое пюре	150	241,6	180	261,6
Компот из свежих яблок	200	124	200	124	Огурец консервированный	60	10,4	60	10,4
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	24/45	198,1	36/60	279	Компот из свежих яблок	200	124	200	124
					Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	24/45	198,1	36/60	279
Стоимость рациона: **213,00**					Стоимость рациона: **213,00**				

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 19-23 октября 2026г.

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	Выход 1-4кл.	ккал	Выход 5-11кл.	ккал
Понедельник *19 октября*				
Обед:				
Суп гороховый	200	161	250	201
Котлета рыбная «Любительская»	120	269,7	120	269,7
Овощное рагу	150	165	180	172
Кисель из ягод	200	118	200	118
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Стоимость рациона:**126,00**				
Вторник *20 октября*				
Обед:				
Щи с картоф., св. капустой, сметана	200	75	250	93
Кнели куриные	90	214,2	100	238
Макаронные изделия с маслом	150	202,8	180	242
Компот из ягод	200	138	200	138
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Стоимость рациона:**126,00**				
Среда *21 октября*				
Обед:				
Рассольник «Ленинградский», сметана	200	96	250	135,4
Пельмени отварные с маслом	250	414,8	250	414,8
Икра из кабачков (термообработка)	60	96	80	128
Чай с сахаром, лимоном	200	53	200	53
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Кондитерское изделие	15	61	15	61
Стоимость рациона:**126,00**				
Четверг *22 октября*				
Обед:				
Борщ с картофелем (свекольник), смет.	200	91	250	113
Рыба запечённая с овощами	120	167,8	150	209,7
Картофельное пюре с маслом	150	189,6	180	227,5
Огурец в нарезку	30	3,8	60	7,6
Напиток из шиповника	200	95	200	95
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Стоимость рациона:**126,00**				
Пятница *23 октября*				
Обед:				
Суп с макаронными изделиями	200	109	250	136
Тефтели мясные с соусом	90/30	208,6	100/30	225,9
Капуста тушёная	150	113,3	150	113,3
Компот из с/фр. в горячем виде	200	110	200	110
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Фрукт	100	95	100	95
Стоимость рациона:**126,00**				

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход 1-4 кл.	ккал	Выход 5-11кл.	ккал
Понедельник				
Обед:				
Суп гороховый	200	161	250	201
Плов с мясом	250	441,3	250	441,3
Огурец в нарезку	60	7,6	60	7,6
Кисель из ягод	200	118	200	118
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Стоимость рациона:**126,00**				
Вторник				
Обед:				
Щи с картоф., св. капустой, сметана	200	75	250	93
Пельмени мясные отварные с маслом	250	414,8	250	414,8
Морковь тушёная	60	58,6	60	58,6
Компот из ягод	200	138	200	138
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Стоимость рациона: **126,00**				
Среда				
Обед:				
Рассольник «Ленинградский», сметана	200	96	250	135,4
Биточки мясные	90	128	100	228
Каша гречневая	150	240	180	262,5
Чай с сахаром, лимоном	200	53	200	53
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Кондитерское изделие	15	61	15	61
Стоимость рациона:**126,00**				
Четверг				
Обед:				
Борщ с картофелем (свекольник), смет.	200	91	250	113
Жаркое с мясом	250	395,8	250	395,8
Огурец в нарезку	30	3,8	60	7,6
Напиток из шиповника	200	95	200	95
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Стоимость рациона:**126,00**				
Пятница				
Обед:				
Суп с макаронными изделиями	200	109	250	136
Тефтели рыбные	90	208,5	100	231,7
Гороховое пюре	150	241,6	180	261,6
Икра из кабачков (термообработка)	30	49	60	98
Чай с сахаром, лимоном	200	53	200	53
Хлеб ржано-пшенич./Хлеб пшеничный	24/45	198,1	36/60	279
Фрукт	100	95	100	95
Стоимость рациона:**126,00**				

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 19-23 октября 2026г.

Вариант 1			*Вариант 2*		
Наименование блюд и изделий	**Выход**	**ккал**	**Наименование блюд и изделий**	**Выход**	**ккал**
Понедельник *19 октября*	**5-11кл.**		**Понедельник**	**5-11кл.**	
Обед:			**Обед:**		
Котлета рыбная «Любительская»	120	269,7	Плов с мясом	250	441,3
Овощное рагу	180	172	Огурец в нарезку	60	7,6
Кисель с ягодой	200	118	Кисель с ягодой	200	118
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1	Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1
Стоимость рациона:**126,00**			Стоимость рациона:**126,00**		
Вторник *20 октября*			**Вторник**		
Обед:			**Обед:**		
Кнели куриные	100	238	Пельмени отварные с маслом	250	414,8
Макаронные изделия с маслом	150	202,8	Морковь тушёная	50	58,6
Морковь тушёная	50	58,6	Компот из ягод	200	138
Компот из ягод	200	138	Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1			
Стоимость рациона:**126,00**			Стоимость рациона:**126,00**		
Среда *21 октября*			**Среда**		
Обед:			**Обед:**		
Пельмени отварные с маслом	250	414,8	Биточки мясные с соусом	100/30	228
Икра из кабачков (термообработка)	50	49	Каша гречневая	150	240
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Чай с сахаром, лимоном	200	53
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1	Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1
Кондитерское изделие	15	61	Кондитерское изделие	15	61
Стоимость рациона:**126,00**			Стоимость рациона:**126,00**		
Четверг *22 октября*			**Четверг**		
Обед:			**Обед:**		
Рыба запечённая с овощами	100	167,8	Жаркое с мясом	250	395,8
Картофельное пюре с маслом	150	189,6	Огурец в нарезку	50	7,6
Огурец в нарезку	50	7,6	Напиток из шиповника	200	95
Напиток из шиповника	200	95	Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1			
Стоимость рациона:**126,00**			Стоимость рациона:**126,00**		
Пятница *23 октября*			**Пятница**		
Обед:			**Обед:**		
Тефтели мясные с соусом	100/30	225,9	Вареники с картофелем	250	310,8
Капуста тушёная	150	113,3	Икра из кабачков (термообработка)	50	49
Компот из с/фр. в горячем виде	200	110	Чай с сахаром, лимоном	200	53
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1	Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	24/45	198,1
Фрукт	100	95	Фрукт	100	95
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 19-23 октября 2026г.

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
19 октября							
Понедельник							
Бутерброд с маслом с сыром		10/10/8	40,00	7,92	4,21	16,16	111
Каша манная молочная		200	60,00	7	8,2	29,5	197,6
Макаронные изделия отв. с сыром		150	60,00	10,8	13,6	49,02	341
Какао с молоком		200	25,00	3,6	2,7	15,8	85
Икра из кабачков (термообработка)		100	45,00	1	1,8	1,63	96
Хлеб		1 кус.	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
20 октября							
Вторник							
Бутерброд с маслом		10/10	30,00	2,21	8,64	10,64	77
Омлет натуральный с маслом		200	120,00	15,05	19,5	28,6	317,3
Каша молочная «Дружба»		200	60,00	6,8	11,3	34,3	271
Компот из с/фр. в горячем виде		200	25,00	1,04	0,27	27,5	110
Кисель с ягодой		200	20,00	0,2	0	22	108
Хлеб		1 кус.	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
21 октября							
Среда							
Пельмени отварные с маслом		200	160,00	14,8	15,7	44,8	360,7
Запеканка творож. с рисом, соус молоч.		200/50	80,00	10,45	11,1	11,1	402
Икра из кабачков (термообработка)		100	45,00	1	1,8	1,63	96
Чай с сахаром, лимоном		200	15,00	0,2	0,04	10,2	53
Чай с сахаром		200	10,00	0,1	0,03	9,9	35
Хлеб		1 кус.	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
22 октября							
Четверг							
Рыба запечённая с овощами		90	120,00	12,7	10,5	11,2	167,8
Плов с мясом		250	160,00	15,75	17,5	50,2	441,3
Картофельное пюре с маслом		150	55,00	14,2	18,8	38,9	344,5
Чай с шиповником сахаром или мёдом		200	15,00	0,3	0,2	24,1	95
Хлеб		1 кус.	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
23 октября							
Пятница							
Тефтели мясные		90	90,00	11,8	14,6	11,8	208,6
Вареники с картофелем		200	100,00	14,2	18,8	38,9	259
Капуста тушёная		150	60,00	3,25	4,9	14,1	113,3
Компот из с/фр. в горячем виде		200	25,00	1,04	0,27	27,5	110
Чай с сахаром, лимоном		200	15,00	0,2	0,04	10,2	53
Хлеб		1 кус.	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____

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

Утверждаю:
ИП Козырева Е. В

МЕНЮ свободной раздачи
обедов по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 19-23 октября 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
19 октября Понедельник						
Суп гороховый	250	60,00	4,36	4,6	25,5	161
Котлета рыбная «Любительская»	100	100,00	12,9	18,2	15,6	269,7
Овощное рагу	150	70,00	3,9	9	18,9	165
Плов с мясом	250	160,00	18,2	25,3	44,7	441,3
Макаронные изделия отварные	150	40,00	2,16	2,08	15	109
Напиток из шиповника	200	25,00	0,3	0,2	10,2	51
Кисель	200	20,00	0,2	0	30,5	108
Хлеб пшеничный	1 кус.	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
20 октября Вторник						
Щи с картофелем, св. капустой, сметана	250	60,00	1,4	4,7	6,8	75
Пельмени мясные отварные	200	160,00	14,9	17,3	48,4	360,7
Кнели куриные	100	120,00	20,52	11,9	7,03	214,2
Рис отварной	150	40,00	3,65	5,37	36,68	209,7
Рыба тушёная с овощами	100	120,00	10,6	10,5	5,6	112
Морковь тушёная	100	60,00	0,8	2,6	8,2	58,6
Компот из ягод	200	40,00	1,04	0,27	27,5	110
Хлеб пшеничный	1 кус.	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
21 октября Среда						
Рассольник «Ленинградский», сметана	250	60,00	1,92	4,56	12,3	96
Биточки мясные	100	100,00	11,9	14,06	11,04	215,6
Овощное рагу с птицей	250	160,00	18,7	22,8	23,5	368,7
Каша гречневая	150	40,00	4,5	6,7	40,7	217
Компот из с/фр. в горячем виде	200	25,00	1,04	0,27	27,5	110
Хлеб пшеничный	1 кус.	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
22 октября Четверг						
Борщ с картофелем (свекольник)	250	60,00	1,6	4,5	11,87	91
Рыба запечённая с овощами	100	120,00	10,6	10,5	5,6	112
Печень по-строгановски	100	110,00	16,8	15,3	9,6	233
Жаркое с мясом	250	160,00	9,2	13,1	8,88	395,8
Картофельное пюре	150	55,00	3,7	6,3	18,4	148
Компот из ягод	200	40,00	1,04	0,27	27,5	110
Сок	200	50,00	0,6	0,4	25,12	100
Хлеб пшеничный	1 кус.	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14
23 октября Пятница						
Суп с макаронными изделиями	250	60,00	2,16	2,08	15	109
Тефтели мясные с соусом	100/20	100,00	11,8	11,6	12,48	208,6
Плов с мясом	250	160,00	18,2	25,3	44,7	441,3
Тефтели рыбные	100/20	100,00	10,52	10,8	30,15	208,5
Капуста тушёная	150	60,00	3,25	4,9	14,1	113,3
Гороховое пюре	150	40,00	5,6	4,1	11,1	241,6
Компот из свежих яблок	200	40,00	1,04	0,27	27,5	124
Хлеб пшеничный	1 кус.	5,00	2,37	0,3	14,49	70,14

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____