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

Утверждаю
ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ

на осеннюю оздоровительную площадку для детей в возрасте от 11 до 15 лет (включительно) по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 2-3 ноября 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	Наименование блюд и изделий	выход	Ккал
2 ноября					
Завтрак			**Обед**		
Сыр, масло сливочное (порционно)	20/10	137	Борщ с картофелем (свекольник), см.	275	171,9
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	Цветная капуста туш. с овощами	100	100,83
Фрукт	100	118	Компот из ягод	200	103,14
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	80/50	337
Итого: Энергетическая ценность за день 1907,62					
			Стоимость рациона:	**209,16**	
3 ноября					
Завтрак			**Обед**		
Масло сливочное (порционно)	10	77	Суп картоф. с макарон. изд.	275	165,7
Омлет натуральный с маслом	200	267,98	Рыба тушеная с овощами	150	258,4
Зеленый горошек конс. тер. обр.	50	34,8	Картофель отварной	180	181
Кофейный напиток	200	98	Огурец в нарезку	100	17,3
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	30/50	206,25	Сок фруктовый	200	88
Напиток кисло-молочный	180	112	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржаной	80/50	337
Итого: Энергетическая ценность за день 1843,43					
			Стоимость рациона:	**209,16**	

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____

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

Утверждаю
ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ
на осеннюю оздоровительную площадку для детей в возрасте от 11 до 15 лет (включительно)
по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 26-30 октября 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	Наименование блюд и изделий	выход	Ккал
26 октября					
Завтрак			**Обед**		
Макаронные изделия с сыром, маслом	200/15/10	425,5	Щи из 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 пшен.	30/50	206,25	Огурец в нарезку	100	8
Фрукт	100	118	Кисель с глюкозой, витамином «С»	200	176,7
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	80/50	337
Итого: Энергетическая ценность за день 1962,5					
			Стоимость рациона:	**209,16**	
27 октября					
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	Картофель отварной	180	181
Хлеб пшен.-ржаной/ Батон	30/50	206,25	Зеленый горошек терм. обр.	100	58
Напиток кисло-молочный	150	112	Компот из ягод	200	103,14
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	80/50	337
Итого: Энергетическая ценность за день 1964,99					
			Стоимость рациона:	**209,16**	
28 октября					
Завтрак			**Обед**		
Масло сливочное (порционно)	10	77	Суп картоф. с рыбными консервами	250	135,05
Вареники отварные с маслом	270	356	Котлеты мясные запеченные	100	241
Чай с сахаром, лимоном	200	53	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	226
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	30/50	206,25	Морковь припущенная	100	45,67
Кондитерское изделие (печенье)	30	166	Сок фруктовый	200	88
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	80/50	337
Итого: Энергетическая ценность за день 1930,97					
			Стоимость рациона:	**209,16**	
29 октября					
Завтрак			**Обед**		
Масло сливочное (порционно)	10	77	Борщ с картоф., св. капустой, сметана	275	146,4
Запеканка рисовая с творог., мол соус.	200/30	332	Курица тушёная в соусе	120	161
Какао с молоком	200	112,5	Макаронные изделия отварные	180	206
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	30/50	206,25	Икра из кабачков (термообработка)	100	73,12
Йогурт	150	127,5	Компот из смеси сухофруктов	200	176,7
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	80/50	337
Итого: Энергетическая ценность за день 1955,47					
			Стоимость рациона:	**209,16**	
30 октября					
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
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	30/50	206,25	Свекла тушеная	100	85
Фрукт	100	118	Сок фруктовый	200	88
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	80/50	337
Итого: Энергетическая ценность за день 1928,5					
			Стоимость рациона:	**209,16**	

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____

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

Утверждаю
ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ

на осеннюю оздоровительную площадку для детей в возрасте от 6,5 до 10 лет
по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО 2-3 ноября 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	Наименование блюд и изделий	выход	Ккал
2 ноября					
Завтрак			**Обед**		
Сыр, масло сливочное (порционно)	15/10	137	Борщ с картофелем (свекольник), см.	215	134,4
Каша гречневая молочная 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	Цветная капуста тушен. с овощами	60	60,5
Фрукт	100	118	Компот из ягод	200	103,14
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32	245,73
Итого: Энергетическая ценность за день 1648,39					
			Стоимость рациона:	**185,48**	
3 ноября					
Завтрак			**Обед**		
Масло сливочное (порционно)	10	77	Суп картоф. с макарон. изд.	200	122
Омлет натуральный с маслом	150	238	Рыба тушеная с овощами	150	258,4
Зеленый горошек конс. тер. обр.	30	34,8	Картофель отварной	150	181
Кофейный напиток	200	98	Огурец в нарезку	60	10,4
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/40	116,12	Сок фруктовый	200	88
Напиток кисло-молочный	150	112	Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32	245,73
Итого: Энергетическая ценность за день 1581,45					
			Стоимость рациона:	**185,48**	

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____

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

Утверждаю
ИП Козырева Е. В.

МЕНЮ

на осеннюю оздоровительную площадку для детей в возрасте от 6,5 до 10 лет
по столовой МАОУ «СОШ № 19 «Выбор» НГО на 26-30 октября 2026г.

Наименование блюд и изделий	выход	Ккал	Наименование блюд и изделий	выход	Ккал
26 октября					
Завтрак			**Обед**		
Макаронные изделия с сыром, маслом	150/15/10	331	Щи из капусты с картофелем, сметана	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	2,4
Фрукт	100	118	Кисель	200	176,7
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32	245,73
Итого: Энергетическая ценность за день 1620,08					
			Стоимость рациона:	**185,48**	
27 октября					
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	150	181
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн.	20/40	116,12	Зелёный горошек (термообработка)	60	34,8
Напиток кисло-молочный	150	112	Компот из ягод	200	103,14
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32	245,73
Итого: Энергетическая ценность за день 1701,39					
			Стоимость рациона:	**185,48**	
28 октября					
Завтрак			**Обед**		
Масло сливочное (порционно)	10	77	Суп картофельный с рыбными консервами	250	135,05
Вареники отварные с маслом	250	356	Котлеты мясные запеченные	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 припущенная	60	31,66
Кондитерское изделие (печенье)	30	166	Сок фруктовый	200	88
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32	245,73
Итого: Энергетическая ценность за день 1725,56					
			Стоимость рациона:	**185,48**	
29 октября					
Завтрак			**Обед**		
Масло сливочное (порционно)	10	77	Борщ с карт., капустой, сметаной	215	128,4
Запеканка рисовая с творогом, мол соус.	150/30	310,84	Курица тушёная с соусом	120	158,8
Какао с молоком	200	112,5	Макаронные изд. отварные	150	202,8
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн.	20/40	116,12	Икра из кабачков (термообработка)	60	36,56
Йогурт	150	127,5	Компот из сухофруктов	200	176,7
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32	245,73
Итого: Энергетическая ценность за день 1692,86					
			Стоимость рациона:	**185,48**	
30 октября					
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
Фрукт	100	118	Свекла тушеная	60	78,82
Хлеб пшенично-ржаной/ Хлеб пшеничн.	20/40	116,12	Сок фруктовый	200	88
			Хлеб пшеничный/ хлеб пшенично-ржан.	60/32	245,73
Итого: Энергетическая ценность за день 1650,27					
			Стоимость рациона:	**185,48**	

Бухгалтер_____

Повар-бригадир_____