

Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 18» НГО  
 Е. С. Остеева

Утверждаю  
 ИП Козырева Е. В.

**МЕНЮ**

Меню завтраков и обедов для учащихся льготных категорий 1-11 классы (ОВЗ)  
 на 19-23 января 2026г.

Вариант 2

Вариант 1

полуочередное питание по столовой МАОУ «СОШ № 18» НГО

Наименование блюда и изделий		Выход	ккал	Выход	ккал	Наименование блюд изделий		Выход	ккал	Выход	ккал
		1-4кл.		5-11кл.		Понедельник	Завтрак	1-4кл		5-11кл	
<b>Понедельник</b>	<b>Завтрак</b>					Сыр, масло сливочное (порционно)		10/8	117	20/10	154
	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154	Сыр, масло сливочное (порционно)		150	203	250	298,8
	Макаронны изделия с сыром	150	259	250	392	Каша молочная манная с маслом		200	109	200	109
	Чай с сахаром	200	35	200	35	Кофейный напиток		20/35	122	30/50	129,2
	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	129,2	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		100	84	100	84
	Фрукт консервированный	100	84	100	84	Фрукт консервированный		200	112		
	Молоко	200	112			Молоко					
	<b>Обед:</b>					<b>Обед:</b>					
	Щи из св., капусты с картоф.(ов.б/з) см.	200	71,2	250	89	Щи с картофелем св., капуста (ов. б/з) см.		200	71,2	250	89
	Котлета рыбная	90	249,75	100	257,5	Котлета мясная домашняя		90	279	100	310
	Картофель б/з запечённый с маслом	150	254,74	180	272	Макаронные изд. отварные с маслом		150	196,5	180	205,8
	Огурец консервированный	60	10,4	100	13	Огурец консервированный		60	10,4	100	13
	Компот из смеси сухофруктов с шип.	200	110	200	110	Компот из смеси сухофруктов		200	110	200	110
	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		28/52	159,27	42/70	248,9
	Стоимость рациона: 177					Стоимость рациона: 177					
<b>Вторник</b>	<b>Завтрак</b>					Сыр, масло сливочное (порционно)		10/8	117	20/10	154
	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154	Сыр, масло сливочное (порционно)		150	226	200	262,5
	Суп молочный рисовый	200	224	250	230	Плов фруктовый		200	118	200	118
	Какао с молоком	180	85	200	95	Кисель из концентрата		20/35	122	30/50	129,2
	Хлеб пшенично-ржаной/Батон выс., сорт	20/35	122	30/50	129,2	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		100	84	100	84
	Фрукт консервированный	100	84	100	84	Фрукт консервированный		200	112		
	Молоко	200	112			Молоко					
	<b>Обед:</b>					<b>Обед:</b>					
	Рассольник «Ленинградский»(ов. б/з)см	200	88	250	100	Рассольник «Ленинградский» (ов. б/з) см.		200	88	250	100
	Котлета мясная	90	153	100	161	Тефтели рыбные		90	208,5	100	231,7
	Гороховое пюре с маслом	150	241,6	180	261,6	Картофель б/з запеченный		150	254,74	180	272
	Овощи б/з тушёные	60	58,6	100	68,6	Овощи б/з тушёные		60	58,6	100	68,6
	Компот из ягод б/з	200	124	200	124	Компот из ягод б/з		200	124	200	124
	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		28/52	159,27	42/70	248,9
	Стоимость рациона: 177					Стоимость рациона: 177					
<b>Среда</b>	<b>Завтрак</b>					Масло сливочное (порционно)		10	77	10	77
	Масло сливочное (порционно)	10	77	10	77	Масло сливочное (порционно)		200	279,3	250	330
	Вареники отварные (п/ф) с маслом	220	360,76	250	332,3	Омлет натуральный		30	52	60	62
	Чай с сахаром	200	35	200	35	Кукуруза консер. терм. обр		200	69	200	69
	Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	129,2	Чай с сахаром или мёдом		20/35	122	30/50	129,2
	Кондитерское изделие	20	95,8	20	95,8	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		20	95,8	20	95,8
	Молоко	200	112			Кондитерское изделие		200	112		
	<b>Обед:</b>					<b>Обед:</b>					
	Суп «Крестьянский» (овощи б/з)	200	145,3	250	152,6	Суп «Крестьянский» (овощи б/з)		200	145,3	250	152,6
	Котлета «Любительская»	90	269,7	100	279,8	Жаркое по-домашнему (овощи б/з)		250	360,8	280	404,1
	Картофель б/з отварной с маслом	150	141,75	180	170,1	Морковь б/з тушёная		60	58,4	100	68,6
	Зелёный горошек	60	52,2	100	63,2	Сок фруктовый (овощной)		200	100	200	100
	Сок фруктовый (овощной)	200	100	200	100	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		28/52	159,27	42/70	248,9
	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9	Стоимость рациона: 177					
	Стоимость рациона: 177					<b>Четверг</b>	<b>Завтрак</b>				
	<b>Четверг</b>	<b>Завтрак</b>				Сыр, масло сливочное (порционно)		10/8	117	20/10	154
	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	20/10	154	Сыр, масло сливочное (порционно)		230	285	250	309,8
	Запекан. из твор. с мол., соус. или мёдом	180/50	360	270	428,8	Каша молочная «Дружба» с маслом		200	95	200	95
	Чай с сахаром, молоком	200	69	200	69	Какао		20/35	122	30/50	129,2
	Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	129,2	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		200	112		
	Молоко	200	112			Молоко					
	<b>Обед:</b>					<b>Обед:</b>					
	Суп картофельный с клецками (ов. б/з)	200	75	250	83,75	Суп картофельный с клецками (овощи б/з)		200	75	250	83,75
	Гуляш	100	240,8	100	255,8	Биточки мясные		90	240	100	248
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	204	180	240	Каша гречневая рассыпчатая с маслом		150	197,68	180	209,56
	Мексиканская смесь б/з	80	48,5	100	55	Свекла тушёная с сыром		60	69,6	100	89,6
	Компот из изюма	200	110	200	110	Компот из смеси сухофруктов		200	110	200	110
	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		28/52	159,27	42/70	248,9
	Стоимость рациона: 177					Стоимость рациона: 177					
<b>Пятница</b>	<b>Завтрак</b>					Рыба запечёная с овощами б/з		90	224	100	248,8
	Тефтели мясные с соусом	90	208,6	100	220,6	Рыба запечёная с овощами б/з		150	241,6	180	261,6
	Макаронны отварные	150	202,8	180	235,8	Гороховое пюре		20	3,6	30	5,6
	Икра из кабачков	30	49	60	90,8	Огурец консервированный		200	35	200	35
	Чай с сахаром, шиповником	200	51	200	51	Чай с сахаром		20/35	122	30/50	129,2
	Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	20/35	122	30/50	129,2	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		200	112		
	Молоко	200	112			Молоко					
	<b>Обед:</b>					<b>Обед:</b>					
	Суп картофельный с рыб. конс. (ов. б/з)	200	168,4	250	178,4	Суп картофельный с рыб. конс. (ов. б/з)		200	168,4	250	178,4
	Жаркое по-домашнему б/з с мясом	250	360,8	280	404,1	Голубцы «Любительские»		90	139,55	100	156
	Огурец консервированный	60	10,4	100	13	Макаронны отварные		150	196,5	180	235,8
	Компот из ягод б/з	200	124	200	124	Икра из кабачков		60	81,72	60	81,7
	Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9	Напиток из плодов шиповника		200	111	200	111
	Стоимость рациона: 177					Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.		28/52	159,27	42/70	248,9
	Стоимость рациона: 177					Стоимость рациона: 177					

Бухгалтер

Повар-бригадир

Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 18» НГО  
 Е. С. Остеева

Утверждаю:  
 ИИ 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 № 18» НГО на 19-23 января 2026г.  
 Вариант 1 Вариант 2

Питание по типу Завтрака			Питание по типу Завтрака		
Наименование блюд	Выход	Ккал	Наименование блюд	Выход	Ккал
<b>Понедельник</b>					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117
Макаронные изделия с сыром	150	259	Каша молочная манная с маслом	150	203
Чай с сахаром	200	35	Кофейный напиток	180	109
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Фрукт консервированный	100	84	Фрукт консервированный	100	84
Молоко	200	112	Молоко	200	112
<b>Итого:</b>			<b>Итого:</b>		
Стоимость рациона: 105,00					
<b>Вторник</b>					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117
Суп молочный рисовый	200	224	Плов фруктовый	150	226
Какао с молоком	180	85	Кисель из концентрата	200	118
Хлеб пшенично-ржаной/Батон в/с	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Фрукт консервированный	100	84	Фрукт консервированный	100	84
Молоко	200	112	Молоко	200	112
<b>Итого:</b>			<b>Итого:</b>		
Стоимость рациона: 105,00					
<b>Среда</b>					
Масло сливочное (порционно)	10	77	Масло сливочное (порционно)	10	77
Вареники отварные (п/ф) с маслом	220	360,76	Омлет натуральный	200	279,3
Чай с сахаром	200	35	Кукуруза консер. терм. обр	30	50
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Чай с сахаром или мёдом	200	69
Кондитерское изделие	20	95,8	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
			Кондитерское изделие	20	95,8
Молоко	200	112	Молоко	200	112
<b>Итого:</b>			<b>Итого:</b>		
Стоимость рациона: 105,00					
<b>Четверг</b>					
Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117	Сыр, масло сливочное (порционно)	10/8	117
Запекан. из творога с соусом или мёдом	180/50	360	Каша молочная «Дружба» с маслом	230	285
Чай с сахаром, молоком	200	69	Какао	200	95
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Молоко	200	112	Молоко	200	112
<b>Итого:</b>			<b>Итого:</b>		
Стоимость рациона: 105,00					
<b>Пятница</b>					
Тефтели мясные с соусом	90	208,6	Рыба запечённая с овощами б/з	90	224
Макаронны отварные	150	202,8	Гороховое пюре	150	241,6
Икра кабачковая	30	49	Огурец консервированный	20	3,6
Чай с сахаром, шиповником	200	51	Чай с сахаром	200	35
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	20/35	122
Молоко	200	112	Молоко	200	112
<b>Итого:</b>			<b>Итого:</b>		
Стоимость рациона: 105,00					

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 18» НГО  
 Е. С. Остеева

Утверждаю  
 ИП Козырева Е. В.



**МЕНЮ**

Меню обедов для учащихся льготных категорий 1-11 классы (СВО)  
 получающих питание по столовой МАОУ «СОШ № 18» НГО на 19-23 января 2026г.

Вариант 2

Наименование блюд и изделий	Выход		ккал		Наименование блюд и изделий	Выход		ккал	
	1-4 кл.	5-11 кл.	1-4 кл.	5-11 кл.		1-4 кл.	5-11 кл.	1-4 кл.	5-11 кл.
<b>Понедельник</b>					<b>Понедельник</b>				
<b>Обед:</b>					<b>Обед:</b>				
Щи из св., капуста с картоф. (овощи б/з) см	200	71,2	250	89	Щи с картоф., св., капуста (овощи б/з) см.	200	71,2	250	89
Котлета рыбная	90	249,75	100	257,5	Котлета мясная «Домашняя»	90	279	100	310
Картофель б/з запечённый с маслом	150	254,74	180	272	Макаронные изд. отварные с маслом	150	196,5	180	205,8
Огурец консервированный	60	10,4	100	13	Огурец консервированный	60	10,4	100	13
Компот из смеси сухофруктов с шипов.	200	110	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
Стоимость рациона: 105					Стоимость рациона: 105				
<b>Вторник</b>					<b>Вторник</b>				
<b>Обед:</b>					<b>Обед:</b>				
Рассольник «Ленинградский» (ов. б/з) см.	200	88	250	100	Рассольник «Ленинградский» (ов. б/з), см.	200	88	250	100
Котлета мясная	90	153	100	161	Тефтели рыбные	90	208,5	100	231,7
Гороховое пюре с маслом	150	241,6	180	261,6	Картофель б/з запеченный	150	254,74	180	272
Овощи б/з тушёные	60	58,6	100	68,6	Овощи б/з тушёные	60	58,6	100	68,6
Компот из ягод б/з	200	124	200	124	Компот из ягод б/з	200	124	200	124
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
Стоимость рациона: 105					Стоимость рациона: 105				
<b>Среда</b>					<b>Среда</b>				
<b>Обед:</b>					<b>Обед:</b>				
Суп «Крестьянский» (овощи б/з)	200	145,3	250	152,6	Суп «Крестьянский» (овощи б/з)	200	145,3	250	152,6
Котлета «Любительская» рыбная	90	269,7	100	279,8	Жаркое по-домашнему (овощи б/з)	250	360,8	280	404,1
Картофель б/з отварной с маслом	150	141,75	180	170,1	Морковь б/з тушёная	60	58,4	100	68,6
Зелёный горошек	60	52,2	100	63,2	Сок фруктовый (овощной)	200	100	200	100
Сок фруктовый (овощной)	200	100	200	100	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	28/52	159,27	42/70	248,9	Стоимость рациона: 105				
Стоимость рациона: 105					Стоимость рациона: 105				
<b>Четверг</b>					<b>Четверг</b>				
<b>Обед:</b>					<b>Обед:</b>				
Суп картофельный с клецками (овощи б/з)	200	75	250	83,75	Суп картофельный с клецками (овощи б/з)	200	75	250	83,75
Гуляш	100	240,8	100	255,8	Биточки мясные	90	240	100	248
Каша пшенная рассыпчатая	150	204	180	240	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	197,68	180	209,56
Мексиканская смесь б/з	80	48,5	100	55	Свекла тушёная с сыром	60	69,6	100	89,6
Компот из изюма	200	110	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	28/52	159,27	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшен.	28/52	159,27	42/70	248,9
Стоимость рациона: 105					Стоимость рациона: 105				
<b>Пятница</b>					<b>Пятница</b>				
<b>Обед:</b>					<b>Обед:</b>				
Суп картофельный с рыб., консер. (ов. б/з)	200	168,4	250	178,4	Суп картофельный с рыб., конс. (ов. б/з)	200	168,4	250	178,4
Жаркое по-домашнему б/з с мясом	250	360,8	280	404,1	Голубцы «Любительские»	90	139,55	100	156
Огурец консервированный	60	10,4	100	13	Макаронные отварные	150	196,5	180	235,8
Компот из ягод б/з	200	124	200	124	Икра из кабачков	60	81,72	60	81,72
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	28/52	159,27	42/70	248,9	Икра из кабачков	200	111	200	111
Стоимость рациона: 105					Стоимость рациона: 105				

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 18» НГО  
 Е. С. Остеева

Утверждаю  
 ИП Козырева Е. В.



**МЕНЮ**

Меню по типу завтраков для учащихся льготных категорий **5-11 классы**  
 получающих питание по столовой МАОУ «СОШ № 18» НГО на 19-23 января 2026г.

Вариант 2

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	Выход 5-11кл.	ккал	Наименование блюд и изделий	Выход 5-11кл.	ккал
<b>Понедельник</b>			<b>Понедельник</b>		
<b>Обед:</b>			<b>Обед:</b>		
Котлета рыбная	100	257,5	Котлета мясная «Домашняя»	100	310
Картофель б/з запечённый с маслом	180	272	Макаронные изд. отварные с маслом	180	205,8
Огурец консервированный	100	13	Огурец консервированный	100	13
Компот из смеси сухофруктов с шиповником	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
<b>Вторник</b>			<b>Вторник</b>		
<b>Обед:</b>			<b>Обед:</b>		
Котлета мясная	100	161	Тефтели рыбные	100	231,7
Гороховое пюре с маслом	180	261,6	Картофель б/з запеченный	180	272
Овощи б/з тушёные	100	68,6	Овощи б/з тушёные	100	68,6
Компот из ягод б/з	200	124	Компот из ягод б/з	200	124
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
<b>Среда</b>			<b>Среда</b>		
<b>Обед:</b>			<b>Обед:</b>		
Котлета «Любительская» рыбная	100	279,8	Жаркое по-домашнему (овощи б/з)	280	404,1
Картофель б/з отварной с маслом	180	170,1	Морковь б/з тушёная	100	68,6
Зелёный горошек	100	63,2	Сок фруктовый (овощной)	200	100
Сок фруктовый (овощной)	200	100	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Стоимость рациона:105		
Стоимость рациона:105			<b>Четверг</b>		
<b>Четверг</b>			<b>Обед:</b>		
<b>Обед:</b>			<b>Обед:</b>		
Гуляш	100	255,8	Биточки мясные	100	248
Каша пшеничная рассыпчатая	180	240	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	209,56
Мексиканская смесь б/з	100	55	Свекла тушёная с сыром	100	89,6
Компот из изюма	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
<b>Пятница</b>			<b>Пятница</b>		
<b>Обед:</b>			<b>Обед:</b>		
<b>Обед:</b>			<b>Обед:</b>		
Жаркое по-домашнему б/з с мясом	280	404,1	Голубцы «Любительские»	100	156
Огурец консервированный	100	13	Макаронные отварные с маслом	180	235,8
Компот из ягод б/з	200	124	Икра из кабачков	60	81,72
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Напиток из плодов шиповника	200	111
Стоимость рациона:105			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 18» НГО  
 Е. С. Остеева

Утверждаю  
 ИП Козырева Е. В.



**МЕНЮ**

Меню по типу завтраков для учащихся льготных категорий 5-11 классы  
 получающих питание по столовой МАОУ «СОШ № 18» НГО на 19-23 января 2026г.

Вариант 2

Вариант 1

Наименование блюд и изделий	Выход 5-11кл.	ккал	Наименование блюд и изделий	Выход 5-11кл.	ккал
<b>Понедельник</b>			<b>Понедельник</b>		
<b>Обед:</b>			<b>Обед:</b>		
Котлета рыбная	100	257,5	Котлета мясная «Домашняя»	100	310
Картофель б/з запеченный с маслом	180	272	Макаронные изд. отварные с маслом	180	205,8
Огурец консервированный	100	13	Огурец консервированный	100	13
Компот из смеси сухофруктов с шиповником	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
<b>Вторник</b>			<b>Вторник</b>		
<b>Обед:</b>			<b>Обед:</b>		
Котлета мясная	100	161	Тефтели рыбные	100	231,7
Гороховое пюре с маслом	180	261,6	Картофель б/з запеченный	180	272
Овощи б/з тушёные	100	68,6	Овощи б/з тушёные	100	68,6
Компот из ягод б/з	200	124	Компот из ягод б/з	200	124
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
<b>Среда</b>			<b>Среда</b>		
<b>Обед:</b>			<b>Обед:</b>		
Котлета «Любительская» рыбная	100	279,8	Жаркое по-домашнему (овощи б/з)	280	404,1
Картофель б/з отварной с маслом	180	170,1	Морковь б/з тушёная	100	68,6
Зелёный горошек	100	63,2	Сок фруктовый (овощной)	200	100
Сок фруктовый (овощной)	200	100	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Стоимость рациона:105		
Стоимость рациона:105			<b>Четверг</b>		
<b>Четверг</b>			<b>Обед:</b>		
<b>Обед:</b>			<b>Обед:</b>		
Гуляш	100	255,8	Биточки мясные	100	248
Каша пшеничная рассыпчатая	180	240	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	209,56
Мексиканская смесь б/з	100	55	Свекла тушёная с сыром	100	89,6
Компот из изюма	200	110	Компот из смеси сухофруктов	200	110
Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		
<b>Пятница</b>			<b>Пятница</b>		
<b>Обед:</b>			<b>Обед:</b>		
<b>Обед:</b>			<b>Обед:</b>		
Жаркое по-домашнему б/з с мясом	280	404,1	Голубцы «Любительские»	100	156
Огурец консервированный	100	13	Макаронны отварные с маслом	180	235,8
Компот из ягод б/з	200	124	Икра из кабачков	60	81,72
Хлеб ржано-пшеничный/Хлеб пшеничный	42/70	248,9	Напиток из плодов шиповника	200	111
Стоимость рациона:105			Хлеб пшенично-ржаной/Хлеб пшеничный	42/70	248,9
Стоимость рациона:105			Стоимость рациона:105		

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

Согласовано:  
 Директор МАОУ «СОШ № 18» НГО  
 Е. С. Остеева



Утверждаю:  
 ИП Козырева Е. В.



**МЕНЮ**  
 завтраков по столовой МАОУ «СОШ № 18» НГО на 19-23 января 2026г.

Наименование блюд и изделий	№ рецепт.	выход	цена	Б	Ж	У	Ккал
<b>19 января</b>							
<b>Понедельник</b>							
Бутерброд с сыром, масло слив.		15/10/8	40,00	7,92	4,21	16,16	117
Каша молочная манная с маслом	297	250	60,00	6,8	11,3	34,3	298,8
Макаронные изд. с сыром		200	60,00	13,5	17,2	40,2	259
Кофейный напиток	692	200	25,00	2,4	2,4	18,5	109
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
<b>20 января</b>							
<b>Вторник</b>							
Бутерброд с сыром, масло слив.		15/10/8	40,00	7,92	4,21	16,16	117
Суп молочный рисовый		250	60,00	13,1	6,8	33,2	230
Плов фруктовый		250	55,00	11,2	2,4	16,4	226
Какао на молоке	693	200	25,00	2,3	2,5	13,7	95
Кисель из концентрата	686	200	15,00	0,2	0,04	10,2	118
Хлеб пшеничный		30	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
<b>21 января</b>							
<b>Среда</b>							
Бутерброд с маслом		15/10	30,00	2,21	8,64	10,64	95
Вареники п/ф отварные с маслом		150	70,00	11,2	17,2	44,5	360,76
Омлет с маслом	340	200	120	11,46	17,6	16,4	279,3
Чай с сахаром или мёдом	591	200	15,00	0,2	2,4	18,5	69
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
<b>22 января</b>							
<b>Четверг</b>							
Бутерброд с сыром, масло слив.		15/10/8	40,00	7,92	4,21	16,16	117
Каша молочная «Дружба» с маслом		250	60,00	6,8	11,3	34,3	309,8
Запекан. из творога с соус. или мёдом	272	180/50	130	15	18,2	46,25	360
Чай с сахаром, молоком	685	200	15,00	0,1	0,03	9,9	69
Какао		200	25,00	2,3	2,5	13,7	95
Хлеб пшеничный		30	5,00	2,16	0,390	10,56	56,28
<b>23 января</b>							
<b>Пятница</b>							
Тефтели мясные с соусом	462	90	90,00	12,5	11,7	9,5	208,6
Рыба запечённая с овощами		90	110,00	10,52	10,8	30,15	224
Макаронны отварные с маслом	332	150	25,00	4,1	7,5	38,5	202,8
Гороховое пюре		150	20,00	14,67	5,78	34,46	241,6
Чай с сахаром, шиповником		200	15,00	0,1	0,03	9,9	51
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

Бухгалтер \_\_\_\_\_

Повар-бригадир \_\_\_\_\_