



Утверждаю:  
Директор МБОУ  
Вознесенской СОШ  
имени Л.Чекарёва  
В.В. Капля  
"24" октября 2022г

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Вознесенская средняя общеобразовательная школа имени Л.Чекарёва.

### МЕНЮ

#### Школьной столовой

( для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов от 7 до 11 лет)

На период с "24" октября по "31" октября 2022г

#### Завтрак

24.10.2022г

#### понедельник

сыр твёрдых сортов в нарезке	20	13,12	54-1з	107,5	7	8,9	0
каша жидкая молочная гречневая	200	14,22	54-20к	187,3	7,1	5,8	26,7
какао с молоком сгущённой	200	15,86	54-22гн	133,4	3,5	3,4	22,3
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
мандарин	100	17	пром	35	0,8	0,2	7,5
<b>ИТОГО</b>	<b>570</b>	<b>62,8</b>		<b>580,4</b>	<b>22,2</b>	<b>18,7</b>	<b>81,1</b>

#### Обед

24.10.2022г

#### понедельник

винегрет с растительным маслом	60	7,9	54-16а	67,1	0,7	5,4	4
суп с рыбными консервами	200	20,43	54-12с	115,7	7,9	3,8	12,4
картофельное пюре	150	18,48	54-11г	139,4	3,1	5,3	19,8
печень говяжья	80	29,08	54-18м	236,5	16,7	15,9	6,7
сок яблочный	200	13,2	пром	86,6	1	0,2	20,2
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
<b>ИТОГО</b>	<b>750</b>	<b>93,11</b>		<b>766,8</b>	<b>33,7</b>	<b>31,2</b>	<b>87,9</b>

#### Завтрак

25.10.2022г

вторник

пудинг из творога с яблоками	200	48,76	54-4г	333,9	30,5	14,4	20,5
чай с молоком и сахаром	200	6,98	54-4гн	50,9	1,6	1,1	8,6
хлеб пшеничный	40	1,56	пром	93,8	3	0,3	19,7
яблоко	200	26,4	пром	88,8	0,8	0,8	19,6
<b>ИТОГО</b>	<b>640</b>	<b>83,7</b>	<b>0</b>	<b>567,4</b>	<b>35,9</b>	<b>16,6</b>	<b>68,4</b>

Обед

25.10.2022г

вторник

салат из моркови с яблоком	80	7,74	54/2з	11,3	0,6	0,1	2
свекольник со сметаной	200	10,51	54-18с	110,4	2,2	5,3	13,4
каша перловая рассыпчатая	200	14,76	54-5г	249,5	5,9	7	40,7
котлеты куриные	85	17	п/ф	148,5	10,8	8,5	7,1
соус красный основной	25	3,83	54-3соус	17,7	0,8	0,6	2,2
хлеб ржаном	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
напиток апельсиновый	200	8,62	54-33кн	81	0,5	0	19,8
<b>ИТОГО</b>	<b>870</b>	<b>67,52</b>	<b>0</b>	<b>786,8</b>	<b>26,6</b>	<b>22,3</b>	<b>119,8</b>

завтрак

26.10.2022г

среда

сырники	200	50,09	54/6г	391,5	39,3	11,5	32,8
чай с сахаром	200	1,3	54-2гн	26,8	0,2	0	6,4
хлеб пшеничный	20	1,04	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
банан	150	12,9	пром	141,8	2,3	0,8	31,5
<b>ИТОГО</b>	<b>570</b>	<b>65,33</b>		<b>630,4</b>	<b>44,1</b>	<b>12,5</b>	<b>85,5</b>

обед

26.10.2022г

среда

салат из свежих помидоров и огурцов	80	5,21	54-5в	49,90	0,8	4,1	2,5
борщ с капустой и картофелем	250	6,26	54-22с	97,9	5,4	4,3	9,3
запеканка картофельная с говядиной	200	33,26	54-13м	409	23,6	23,2	26,5

компот из смеси сухофруктов	200	9,19	54-1мс	81	0,5	0	19,8
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
<b>ИТОГО</b>	<b>810</b>	<b>58,98</b>		<b>805,8</b>	<b>36,1</b>	<b>32,4</b>	<b>92,7</b>

**Завтрак  
27.10.2022г  
четверг**

сыр твёрдых сортов в нарезке	30	19,83	54-1з	107,5	7	8,9	0
масло сливочное (порциями)	10	8,03	53-19	66,1	0,1	7,3	0,1
суп молочный с макаронными изделиями	250	15,94	54-19к	167,8	6,9	5,7	22,3
какао с молоком	200	16,22	54-21гн	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	140,6	4,6	0,5	29,5
<b>ИТОГО</b>	<b>540</b>	<b>62,62</b>		<b>582,4</b>	<b>23,3</b>	<b>25,9</b>	<b>64,4</b>

**Обед  
27.10.2022г  
четверг**

салат из белокочанной капусты с помидором	60	5,13	54-6в	73,5	1,4	6,6	2,1
щи из свежей капусты со сметаной	200	6,17	54-1с	92,2	4,7	5,5	5,7
макароны отварные с овощами	150	15,75	54-11г	180,7	4,7	6,2	26,5
гуляш из говядины	80	22,89	54-2м	185,7	13,6	13,2	3,1
кисель из брусники	200	15,02	пром	60,7	0,1	0,1	14,8
хлеб пшеничный	20	1,04	пром	46,9	1,5	0,2	9,8
хлеб ржаной	20	1,64	пром	34,2	1,3	0,2	6,7
сырок творожный	30	25	пром	95,2	2,7	6,9	5,6
<b>ИТОГО</b>	<b>760</b>	<b>92,64</b>		<b>769,1</b>	<b>30</b>	<b>38,9</b>	<b>74,3</b>

**Завтрак  
28.10.2022г  
пятница**

сыр твёрдых сортов в нарезке	10	6,15	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная пшеничная	200	19,05	54-24к	274,9	8,3	10,1	37,6
кофейный напиток с молоком	200	15,55	54-23гн	86	3,9	2,9	11,2
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7

хлеб пшеничный	20	1,04	пром	46,9	6,1	0,6	39,4
<b>ИТОГО</b>	<b>480</b>	<b>45,89</b>		<b>564,9</b>	<b>26,2</b>	<b>20,1</b>	<b>104,9</b>

**Обед**  
**28.10.2022г**  
**пятница**

борщ с фасолью	200	14,5	54-19с	107,5	3,1	5,1	12,3
картофельное пюре	150	13,86	54-11г	139,4	3,1	5,3	19,8
рыба тушёная в томате с овощами	100	36,55	54-10р	147,3	16,3	11,3	6,3
компот из свежих яблок	200	9,74	54-32кн	41,6	0,2	0,1	9,9
хлеб ржаном	20	1,64	пром	34,2	1,3	0,2	6,7
хлеб пшеничный	20	1,04	пром	46,9	1,5	0,2	9,8
масса творожная	100	31,3	пром	343,8	7,1	23	27,1
икра из баклажанов. Консервы	50	22,5	пром	73,5	0,9	6,7	7,5
<b>ИТОГО</b>	<b>840</b>	<b>131,13</b>		<b>934,2</b>	<b>33,5</b>	<b>51,9</b>	<b>99,4</b>

**Завтрак**  
**31.10.2022г**  
**понедельник**

сыр твердых сортов в нарезке	30	20,62	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет натуральный	150	22,22	54-1з	225,5	12,7	18	3,2
какао с молоком	200	16,22	54-21гн	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
апельсин	200	26,4	пром	75,6	1,8	0,4	16,2
<b>ИТОГО</b>	<b>610</b>	<b>87,02</b>		<b>579,3</b>	<b>28,5</b>	<b>31</b>	<b>46,7</b>

**Обед**  
**31.10.2022г**  
**понедельник**

салат из моркови и чернослив	80	8,93	54-9з	75,6	1,2	0,2	17,2
суп гороховый	250	13,57	54-17	138,7	8,2	3,5	18,7
плов из отварной говядины	200	49	54-11г	348,2	15,3	14,7	38,6
чай с лимоном и сахаром	200	6,09	54-4гн	27,9	0,2	0,1	6,6
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6

<b>ИТОГО</b>	<b>900</b>	<b>84,29</b>		<b>793</b>	<b>32</b>	<b>19,5</b>	<b>122,4</b>
<b>ИТОГО в среднем</b>	<b>1390,00</b>	<b>155,84</b>	<b>0,00</b>	<b>1393,42</b>	<b>62,02</b>	<b>53,50</b>	<b>174,58</b>

завхоз школы:

 Антипенюк Л.И.