

Утверждаю:

Директор МБОУ

Вознесенской СОШ

имени Л.Чекмарёва

В.В. Капля



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

**МЕНЮ**

Школьной столовой

( для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов от 12 лет и старше лет)

На период с "10" мая по "13" мая 2023г

Наименование блюда	Масса порции, г	Цена	номер рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность вещества, г		
					белки	жиры	углеводы

**Завтрак**  
**10.05.2023г**  
**среда**

сыр твёрдых сортов в нарезке	20	10,4	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная рисовая	200	14,19	54-26к	184,5	5,3	5,4	28,7
какао с молоком	200	14,85	54-21гн	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
йогурт	100	38	пром	62	4,5	2	6,5
хлеб пшеничный	40	3,28	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
<b>ИТОГО</b>	<b>590</b>	<b>83,18</b>		<b>587</b>	<b>24,9</b>	<b>17,6</b>	<b>82,3</b>

**Обед**  
**10.05.2023г**  
**среда**

огурец в нарезке	100	11,25	54/2з	14,1	0,8	0,1	2,5
суп из овощей с фрикадельками мясными	250	9,64	54-5с	28,6	2	0,7	3,5
каша гречневая рассыпчатая	200	20,07	54-4г	311,6	11	8,5	47,9
тефтели "натуральные" мясные	65	24,57	п/ф	109,1	8	6,5	4,7

соус красный основной	50	7,08	54-3соус	35,3	1,6	1,2	4,5
хлеб ржаном	30	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
хлеб пшеничный	40	3,28	пром	164,1	5,3	0,6	34,4
компот из сухофруктов	200	9,07	54-1хн	81	0,5	0	19,8
<b>ИТОГО</b>	<b>935</b>	<b>89,06</b>		<b>829,2</b>	<b>32,5</b>	<b>18,2</b>	<b>134</b>

**Завтрак  
11.05.2023г  
четверг**

сыр твердых сортов в нарезке	30	15,6	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет с зелёным горошком	200	37,89	54/2к	204,7	12,9	14,2	6,4
чай с лимоном и сахаром	200	6,04	54-3гн	27,9	0,2	0,1	6,6
хлеб ржаной	20	1,64	пром	119,6	4,6	0,8	23,4
груша	220	43,2	пром	100,1	0,9	0,7	22,7
хлеб пшеничный	40	3,28	пром	93,8	3	0,3	19,7
<b>ИТОГО</b>	<b>710</b>	<b>107,65</b>		<b>653,6</b>	<b>28,6</b>	<b>25</b>	

**обед  
11.05.2023г  
четверг**

помидор в нарезке	100	17,0	54-3а	21,4	1,1	0,2	3,8
суп картофельный с клёцками	250	6,15	54-6с	117	5,8	4,1	14,2
рагу из птицы	250	35,1	54-22м	271,7	26,2	8,8	21,9
кисель из вишни	200	20,45	54-22хн	52,9	0,2	0	12,9
хлеб ржаной	70	5,74	пром	119,6	4,6	0,8	23,4
хлеб пшеничный	100	8,2	пром	234,4	7,6	0,8	49,2
<b>ИТОГО</b>	<b>970</b>	<b>92,64</b>		<b>817</b>	<b>45,5</b>	<b>14,7</b>	<b>125,4</b>

**Завтрак  
12.05.2023г  
пятница**

сыр твёрдых сортов в нарезке	20	10,4	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная гречневая	200	14,67	54-20к	187,3	7,1	5,8	26,7
какао с молоком сгущённой	200	17,12	54-22гн	133,4	3,5	3,4	22,3
хлеб пшеничный	50	4,1	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
мандарин	100	21,6	пром	35	0,8	0,2	7,5
<b>ИТОГО</b>	<b>570</b>	<b>67,89</b>		<b>544,6</b>	<b>19,8</b>	<b>15,7</b>	<b>81,1</b>

**Обед**

12.05.2023г

пятница

винегрет с растительным маслом	100	13,26	54-16а	111,9	1,2	8,9	6,7
суп срыбными консервами	250	37,24	54-12с	144,6	9,9	4,8	15,5
картофельное пюре	200	17,63	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
печень говяжья	100	23,68	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	40	3,28	пром	93,8	3	0,3	19,7
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
<b>ИТОГО</b>	<b>940</b>	<b>112,39</b>		<b>944,6</b>	<b>39,2</b>	<b>37,8</b>	<b>111,9</b>

Завтрак

13.05.2023г

суббота

путинг из творога с яблоками	200	30,33	54-4т	333,9	30,5	14,4	20,5
чай с молоком и сахаром	200	6,54	54-4гн	50,9	1,6	1,1	8,6
хлеб пшеничный	40	3,28	пром	93,8	3	0,3	19,7
яблоко	220	31,68	пром	97,7	0,9	0,9	21,6
<b>ИТОГО</b>	<b>660</b>	<b>71,83</b>		<b>576,3</b>	<b>36</b>	<b>16,7</b>	<b>70,4</b>


Обед

13.05.2023г

суббота

салат из моркови с яблоком	100	8,8	54/2з	123,8	0,9	10,2	7,1
свекольник со сметаной	250	13,23	54-18с	110,4	2,2	5,3	13,4
каша перловая рассыпчатая	200	13,05	54-5г	249,5	5,9	7	40,7
котлеты куриные	85	18,62	п/ф	148,5	10,8	8,5	7,1
соус красный основной	40	5,66	54-3соус	17,7	0,8	0,6	2,2
хлеб ржаном	70	5,74	пром	119,6	4,6	0,8	23,4
хлеб пшеничный	50	4,1	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
напиток апельсиновый	200	10,15	54-1хн	33	0,2	0	8
<b>ИТОГО</b>	<b>995</b>	<b>79,35</b>		<b>919,7</b>	<b>29,2</b>	<b>32,8</b>	<b>126,5</b>
	1592,5	176,00	0	1468	63,93	44,63	182,9

Завхоз школы:

 Антипенюк Л.И.