



Директор МБОУ
Вознесенской СОШ
имени Л. Чекмарова
В.В. Капля
08 октября 2022г

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

МЕНЮ

Школьной столовой

(для детей платной категории)

На период с "03" октября по "08" октября 2022г

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Цена блюда руб, коп	Энергетическая ценность ккал	Белки г	Жиры г	Углеводы г
Завтрак							
03.10.2022г							
Понедельник							
54-1г	Макароны отварные	200	11,66	262,4	7,1	6,6	43,7
П/Ф	Котлеты Домашние	75	32,02	131,2	9,7	7,7	5,9
54-1соус	Соус сметанный	40	5,16	37,2	0,6	3,3	1,3
54-11хн	Компот из брусники	200	14,51	32,7	0,1	0,1	7,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	2,60	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Яблоко	200	27,60	89	1	1	20
	Итого за Завтрак	475	93,55	442,6	17,4	15	59,6
Завтрак							
04.10.2022г							
Вторник							
54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорам	100	4,68	122,5	2,3	11	3,6
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	180	64,46	367,7	21,2	20,9	23,8
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	4,76	27,9	0,2	0,1	6,6
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,04	46,9	1,5	0,2	9,8
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,64	34,2	1,3	0,2	6,7

Итого за Завтрак	520	76,58	599,2	26,5	32,4	50,5
-------------------------	------------	--------------	--------------	-------------	-------------	-------------

Завтрак
05.10.2022г
Среда

54-13	Сыр твердых сортов в нарезке	30	20,49	107,5	7	8,9	0
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	12,26	174,2	5,3	5,7	25,3
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	2,46	70,3	2,3	0,2	14,8
Пром.	Сок абрикосовый	200	13,2	105,6	1	0	25,4
Пром.	Мандарин	100	17	35	0,8	0,2	7,5
Итого за Завтрак		560	65,41	492,6	16,4	15	73

Завтрак
06.10.2022г
четверг

54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	6,19	62,4	1	5,1	3,1
54-11м	Плов из отварной говядины	250	47,78	435,3	19,1	18,4	48,2
54-2гн	Чай с сахаром	200	1,22	26,8	0,2	0	6,4
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,46	34,2	1,3	0,2	6,7
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,08	58,6	1,9	0,2	12,3
Итого за Завтрак		545	59,73	530,2	19,7	20,2	67,1

Завтрак
07.10.2022г
Пятница

54-11г	Картофельное пюре	200	18,61	185,8	4,1	7,1	26,4
54-3м	Голубцы ленивые	110	31,24	109,1	7,2	6,5	5,5
54-21гн	Какао с молоком	200	14,85	100,4	4,7	3,5	12,5
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,10	3,3	0,6	16,7	13,5
Пром.	Хлеб пшеничный	50	2,60	117,2	3,8	0,4	24,6
Итого за Завтрак		524	71,4	579,1	23,4	15,4	86,8

Завтрак
08.10.2022г
суббота

54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	250	24,49	389,5	13,7	10,6	59,9
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	22,23	109,1	8	6,5	4,7

54-3соус	Соус красный основной	40	6,78	28,2	1,3	1	3,6
54-2хн	Компот из кураги	200	11,42	66,9	1	0,1	15,6
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,04	46,9	1,5	0,2	9,8
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,46	51,2	2	0,4	10
	Итого за день	580	68,42	525,2	17,4	14,9	80,6
	ИТОГО В СРЕДНЕМ	534	72,52	528,15	20,13	18,81667	69,6

Составил зав. столовой:

Антипёнок Р.Ю