



Утверждаю:  
 Директор МБОУ  
 Вознесенской СОШ  
 имени Л.Чекмарёва  
 В.В. Капля  
 26" сентября 2022г

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

**МЕНЮ**  
 Школьной столовой

( для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов от 7 до 11 лет)  
 На период с "26" сентября по "30" сентября 2022г

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

**завтрак**

26.09.2022г  
 понедельник

сырники	200	54/6г	391,5	39,3	11,5	32,8
чай с сахаром	200	54-2гн	26,8	0,2	0	6,4
хлеб пшеничный	30	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
банан	150	пром	141,8	2,3	0,8	31,5
<b>ИТОГО</b>	<b>580</b>		<b>630,4</b>	<b>44,1</b>	<b>12,5</b>	<b>85,5</b>

**обед**

26.09.2022г  
 понедельник

салат из свежих помидоров и огурцов	80	54-5в	49,90	0,8	4,1	2,5
борщ с капустой и картофелем	250	54-22с	97,9	5,4	4,3	9,3
запеканка картофельная с говядиной	200	54-13м	409	23,6	23,2	26,5
компот из смеси сухофруктов	200	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>99,98</b>		<b>805,8</b>	<b>36,1</b>	<b>32,4</b>	<b>92,7</b>

**Завтрак**  
**27.09.2022г**  
**вторник**

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**  
**27.09.2022г**  
**вторник**

салат из белокачанной капусты с помидорон	60	5,13	54-6в	73,5	1,4	6,6	2,1
щи из свежей капусты со сметаной	200	6,18	54-1с	92,2	4,7	5,5	5,7
макаронны отварные с овощами	150	15,75	54-11г	180,7	4,7	6,2	26,5
гуляш из говядины	80	32,89	54-2м	185,7	13,6	13,2	3,1
кисель из брусники	200	20,02	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	18,75	пром	95,2	2,7	6,9	5,6
<b>ИТОГО</b>	<b>760</b>	<b>101,4</b>		<b>769,1</b>	<b>30</b>	<b>38,9</b>	<b>74,3</b>

**Завтрак**  
**28.09.2022г**  
**среда**

сыр твёрдых сортов в нарезке	20	19,83	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>490</b>	<b>59,57</b>		<b>564,9</b>	<b>26,2</b>	<b>20,1</b>	<b>104,9</b>

Обед  
28.09.2022г  
среда

борщ с фасолью	200	14,5	54-19с	100,7	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	191,9	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
икра из баклажанов. Консервы	50	22,5	пром	73,5	0,9	6,7	7,5
<b>ИТОГО</b>	<b>740</b>	<b>99,83</b>		<b>628,2</b>	<b>26,4</b>	<b>28,9</b>	<b>72,3</b>

завтрак  
29.09.2022г  
четверг

сыр твердых сортов в нарезке	20	13,22	54/1з	107,5	7	8,9	0,1
масло сливочное (порциями)	10	8,03	53-19	66,1	0,1	7,3	26,7
каша жидкая молочная гречневая	200	14,8	54-20к	187,3	7,1	5,8	6,4
чай с сахаром	200	1,3	54-2гн	21,4	0,2	0	14,8
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	19,6
яблоко	200	2,76	пром	88,8	0,8	0,8	67,6
<b>ИТОГО</b>	<b>660</b>	<b>41,67</b>		<b>541,4</b>	<b>17,5</b>	<b>23</b>	

обед  
29.09.2022г  
четверг

салат из свежих помидор и огурцов	60	4,58	14-5в	37,5	0,6	3,1	1,8
суп крестьянский с крупой	200	6,47	54-10с	115,6	5,1	5,8	10,8
макаронны отварные	200	11,75	54-1г	262,4	7,1	6,6	43,7
котлета домашняя	85	36,3	п/ф	148,7	11	8,7	6,6
соус белый основной	25	4,4	54-2соус	15,6	0,7	0,9	1,1
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
компот из брусники	200	14,51	54-11гн	32,7	0,1	0,1	7,8
<b>ИТОГО</b>	<b>870</b>	<b>84,71</b>		<b>815,1</b>	<b>31,7</b>	<b>26,2</b>	<b>113,1</b>

Завтрак

30.09.2022г

сыр твердых сортов в нарезке	30	19,83	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет натуральный	150	29,28	54-1з	225,5	12,7	18	3,2
какао с молоком	200	14,86	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>91,93</b>		<b>579,3</b>	<b>28,5</b>	<b>31</b>	<b>46,7</b>

Обед

30.09.2022г

салат из моркови и чернослив	80	8,94	54-9з	75,7	1,2	0,2	17,2
суп гороховый	250	13,5	54-17	138,7	8,2	3,5	18,7
плов из отварной говядины	200	40,24	54-11г	348,2	15,3	14,7	38,6
чай с лимоном и сахаром	200	2,8	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>830</b>	<b>72,18</b>		<b>793,1</b>	<b>32</b>	<b>19,5</b>	<b>122,4</b>
<b>всего в среднем</b>	<b>1378,00</b>	<b>155,95</b>	<b>0,00</b>	<b>1341,94</b>	<b>59,16</b>	<b>51,68</b>	<b>168,78</b>

Антипенюк Л.И.

Завхоз школы: