



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

МЕНЮ

**Школьной столовой
 (для детей льготной категории)**

На период с "17" октября по "22" октября 2022г

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Цена блюда руб, коп	Энергетическая ценность ккал	Белки г	Жиры г	Углеводы г
Завтрак							
17.10.2022г							
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							
18.10.2022г							
Понедельник							
54-6з	Салат из белокачанной 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

19.10.2022г

Понедельник

54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	19,83	107,5	7	8,9	0
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	11,86	174,2	5,3	5,7	25,3
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	3,12	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	65,01	492,6	16,4	15	73

Завтрак

20.10.2022г

Вторник

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

21.10.2022г

Четверг

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	544	71,4	520,4	20,1	17,7	70,2

Завтрак

22.10.2022г

Понедельник

54-9м	Жаркое по-домашнему	180	43,68	286,1	18,1	16,9	15,5
-------	---------------------	-----	-------	-------	------	------	------

54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	4,42	50,9	1,6	1,1	8,6
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,04	46,9	1,5	0,2	9,8
Пром.	Хлеб ржаной	20	4,1	34,2	1,3	0,2	6,7
Пром.	Банан	180	15,48	170,1	2,7	0,9	37,8
	Итого за Завтрак	600	68,72	588,2	25,2	19,3	78,4
	ИТОГО В СРЕДНЕМ	540,67	72,50	528,87	20,88	19,93	66,47

Составил зав.столовой:



Антипенюк Р.Ю