

Утверждаю:

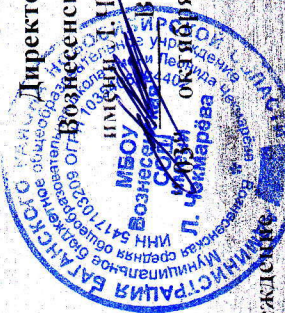
Директор МБОУ

Вознесенской СОШ

имени Л.Цекмарёва

С.В.В. Капля

08 октября 2022г



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

**МЕНЮ**

**Школьной столовой**

( для детей льготной 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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>475</b>	<b>93,55</b>	<b>442,6</b>	<b>17,4</b>	<b>15</b>	<b>59,6</b>
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>520</b>	<b>76,58</b>	<b>599,2</b>	<b>26,5</b>	<b>32,4</b>	<b>50,5</b>

Завтрак

05.10.2022г

Среда

54-1з	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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>560</b>	<b>65,41</b>	<b>492,6</b>	<b>16,4</b>	<b>15</b>	<b>73</b>

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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>545</b>	<b>59,73</b>	<b>530,2</b>	<b>19,7</b>	<b>20,2</b>	<b>67,1</b>

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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>524</b>	<b>71,4</b>	<b>579,1</b>	<b>23,4</b>	<b>15,4</b>	<b>86,8</b>

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
	<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ</b>	<b>534</b>	<b>72,52</b>	<b>528,15</b>	<b>20,13</b>	<b>18,81667</b>	<b>69,6</b>

*Реш*

Антипёнок Р.Ю

Составил зав. столовой: