



Утверждаю:

Директор МБОУ

Вознесенской СОШ

Л. В. Кацля

15 октября 2022г

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

Школьной столовой

(для детей льготной категории)

На период с "10" октября по "15" октября 2022г

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Цена блюда руб, коп	Энергетическая ценность ккал	Белки		Жиры		Углеводы	
					г	г	г	г	г	г
Завтрак										
10.10.2022г										
Понедельник										
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	250	24,49	389,5	13,7	10,6				59,9
П/Ф	Тфтели "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 Завтрак	589	68,42	598,4	21,8	25,2				70,9
Завтрак										
11.10.2022г										
Вторник										
54-2з	Огурец в нарезке	100	10	14,1	0,8	0,1				2,5
54-1о	Омлет натуральный	220	44,58	330,7	18,6	26,4				4,8
54-22гн	Какао с молоком стуженным	200	14,85	133,4	3,5	3,4				22,3
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6				16,7

Пром.	Хлеб пшеничный	50	2,6	117,2	3,8	0,4	24,6
	Итого за Завтрак	600	76,13	588,2	25,2	19,3	78,4

Завтрак
12.10.2022г

54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью и	100	8,02	120,9	1,4	10,1	6
54-26г	Рис с овощами	150	20,16	167,8	3,2	5,7	26
54-12р	Рыба, запеченная с сыром и луком	80	25,84	140,1	12,9	8,8	2,3
54-22хн	Кисель из вишни	200	17,34	52,9	0,2	0	12,9
Пром.	Хлеб пшеничный	25	1,04	58,6	1,9	0,2	12,3
Пром.	Хлеб ржаной	34	4,1	58,1	2,2	0,4	11,4
	Итого за день	574	76,5	499,6	18,3	12,1	77,8

Завтрак
13.10.2022г

54-11г	Картофельное пюре	200	23,03	185,8	4,1	7,1	26,4
54-27м	Капуста тушеная с мясом птицы	100	18,83	91,5	8,4	4,1	5,2
54-13хн	Напиток из шиповника	200	7,76	65,4	0,6	0,2	15,1
Пром.	Хлеб ржаной	34	2,6	58,1	2,2	0,4	11,4
Пром.	Хлеб пшеничный	40	4,1	93,8	3	0,3	19,7
	Итого за Завтрак	630	56,32	520,3	35	16,6	58

Завтрак
14.10.2022г

54-4т	Пудинг из творога с яблоками	180	68,69	300,5	27,5	13	18,4
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	13,5	86	3,9	2,9	11,2
Пром.	Апельсин	230	2,6	86,9	2,1	0,5	18,6
Пром.	Хлеб пшеничный	20	30,36	46,9	1,5	0,2	9,8
	Итого за Завтрак	630	115,15	520,3	35	16,6	58

Завтрак
15.10.2022г

54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	11,86	174,2	5,3	5,7	25,3
--------	-----------------------------	-----	-------	-------	-----	-----	------

Суббота

Пром.	хлеб пшеничный	60	3,12	140,6	4,6	0,5	29,5
Пром.	Сок абрикосовый	200	13,20	105,6	1	0	25,4
Пром.	Мандарин	100	17,00	35	0,8	0,2	7,5
	Итого за Завтрак	560	45,18	492,6	16,4	15	73
	ИТОГО В СРЕДНЕМ	597,17	72,95	535,73	25,28	17,47	69,35



Составил зав.столовой:

Антипёнок Р.Ю