

Утверждаю:

Директор МБОУ

Вознесенской СОШ

имени Л.Чекмарёва

В.В. Капля

19 сентября 2022г



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

МЕНЮ

Школьной столовой

(для детей льготной категории)

На период с "19" сентября по "23" сентября 2022г

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Цена блюда руб, коп	Энергетическая ценность ккал	Белки г	Жиры г	Углеводы г
Завтрак							
19.09.2022г							
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 день	475	93,55	442,6	17,4	15	59,6
Завтрак							
20.09.2022г							
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 день	545	59,73	530,2	19,7	20,2	67,1

Завтрак

21.09.2022г

Среда

54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	250	24,49	389,5	13,7	10,6	59,9
П/Ф	Тeftели "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	524	68,42	579,1	23,4	15,4	86,8

Завтрак

22.09.2022г

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 день	544	71,4	520,4	20,1	17,7	70,2

Завтрак

23.09.2022г

Пятница

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	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 день	560	66,07	492,6	16,4	15	73
	ИТОГО В СРЕДНЕМ	529,6	71,834	512,98	19,4	16,66	71,34

Составил зав.столовой:



Антипёнок Р.Ю