

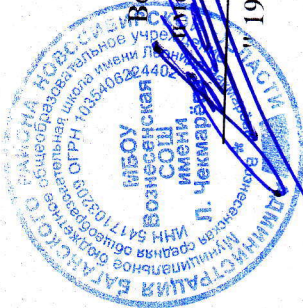
Утверждаю:

Директор МБОУ
Вознесенской СОШ

~~Людмила Викторовна~~
Л. Чекарёва

В.В. Капля

19" сентября 2022г



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Вознесенская средняя общеобразовательная школа имени Л.Т.Чекарёва.

МЕНЮ

Школьной столовой

(для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов от 7 до 11 лет)
На период с "19" сентября по "23" сентября 2022г

Наименование блюда	Масса порции, г	Цена блюда (руб. коп)	номер рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность вещества, г	
					белки	жиры
						углеводы

завтрак

19.09.2022г

понедельник

сыр твердых сортов в нарезке	30	19,83	54/1з	107,5	7	8,9	0
каша вязкая молочная кукурузная	150	15	54/2к	215,8	5,44	5,55	33,05
яйцо варёное	40	6,4	54/6о	56,6	4,8	4	0,3
чай с сахаром	200	1,3	54/45гн	21,4	0,1	0	5,2
хлеб пшеничный	20	1,04	пром	46,9	1,5	0,2	9,8
банан	150	12,9	пром	141,8	2,3	0,8	31,5
ИТОГО	590	56,47		590	21,14	19,45	79,85

обед

19.09.2022г

понедельник

салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцом	100	6,11	54-6з	98	1,81	8,82	2,86
--	-----	------	-------	----	------	------	------

суп макаронными изделиями и картофелем	250	12,13	54-24с	126,1	6	2,7	19,4
рис с овощами	150	15,24	54-26г	167,25	3,22	5,7	26,02
рыба, запечённая с сыром и луком	80	33,72	54-12р	175,2	16,1	11	2,9
комлот из кураги	200	11,44	54-2хн	66,9	1	0,1	15,6
хлеб ржаной	20	1,64	пром	34,2	1,3	0,2	6,7
хлеб пшеничный	40	2,08	пром	93,8	3	0,3	19,7
ИТОГО	840	82,36		761,45	32,43	28,82	93,18

Завтрак
20.09.2022г
вторник

масло сливочное порциями	20	16,06	53-19а	132,2	0,2	14,5	0,3
сыр твёрдых сортов в нарезке	30	19,83	54-1з	287,8	7	8,9	0
каша вязкая молочная манная	200	12,67	54-27к	174,2	5,3	5,7	25,3
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
чай с яблоком и сахаром	200	3,11	54-46гн	31,7	0,2	0,1	7,5
апельсин	200	26,4	пром	75,6	1,8	0,4	16,2
ИТОГО	680	79,63		771,8	16,8	29,8	64,1

Обед
20.09.2022г
вторник

салат из белокочанной капусты с морковью и яблоком	80	6,59	54-9з	120,9	1,4	10,1	6
суп из овощей	250	15,02	54-17с	89,1	1,75	4,64	10,1
картофельное пюре	200	18,61	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
капуста тушёная с мясом птицы	100	20,21	54-27м	91,5	8,4	4,1	5,2
сок абрикосовый	200	13,2	пром	105,6	1	0	25,4
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
хлеб пшеничный	30	1,04	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	890	77,13		761,3	22,45	26,74	107,7

Завтрак
21.09.2022г
среда

сыр твёрдых сортов в нарезке	30	19,83	54-1з	287,8	7	8,9	0
------------------------------	----	-------	-------	-------	---	-----	---

каша жидкая молочная рисовая	200	14,47	54-25.1к	184,5	5,28	5,42	28,66
какао с молоком	200	14,86	54-21гн	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб ржаной	20	1,64	пром	34,2	1,3	0,2	6,7
йогурт	50	2,5	пром	62	4,5	2	6,5
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	550	78,4		786,1	26,58	20,42	78,96

Обед
21.09.2022г
среда

огурец в нарезке	100	5	54/2з	11,3	0,6	0,1	2
суп из овощей с фрикадельками мясными	250	28	54-5с	144,9	8,6	6,1	13,9
каша гречневая рассыпчатая	150	14,8	54-4г	311,6	10,97	8,45	47,91
тефтели "натуральные" мясные	75	25,65	п/ф	109,1	8	6,5	4,7
соус красный основной	30	7,81	54-3соус	21,2	1	0,7	2,7
хлеб ржаном	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 сухофруктов	200	7	54-1хн	81	0,5	0	19,8
ИТОГО	905	94,96		881,7	36,77	22,85	132,31

завтрак
22.09.2022г
четверг

сыр твердых сортов в нарезке	30	19,83	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет с зелёным горошком	200	35,64	54/2к	204,7	12,9	14,2	6,4
чай с лимоном и сахаром	200	2,6	54-3гн	27,9	0,2	0,1	6,6
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
груша	150	29,25	пром	91	0,8	0,6	20,6
хлеб пшеничный	40	2,08	пром	93,8	3	0,3	19,7
ИТОГО	650	91,86		576,1	25,9	24,5	63,3

обед
22.09.2022г
четверг

помидор в нарезке	80	4	54-3а	21,4	1,1	0,2	3,8
-------------------	----	---	-------	------	-----	-----	-----

суп картофельный с клёцками	250	14	54-6с	117	5,8	4,1	14,2
рагу из птицы	150	20,33	54-22м	271,7	26,2	8,8	21,9
кисель из вишни	200	17,34	54-22хн	52,9	0,2	0	12,9
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
хлеб пшеничный	80	4,16	пром	187,5	6,1	0,6	39,4
ИТОГО	810	63,93		735,9	42,7	14,3	108,9

Завтрак
23.09.2022г
пятница

сыр твёрдых сортов в нарезке	30	19,83	54-1з	107,5	7	8,9	0
каша жидкая молочная гречневая	200	12	54-20к	187,3	7,1	5,8	26,7
какао с молоком сгущённой	200	14,72	54-22гн	133,4	3,5	3,4	22,3
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
мандарин	100	17	пром	35	0,8	0,2	7,5
ИТОГО	580	66,15		580,4	22,2	18,7	81,1

Обед
23.09.2022г
пятница

винегрет с растительным маслом	100	8,5	54-16а	111,9	1,2	8,9	6,7
суп срыбными консервами	250	25	54-12с	144,6	9,9	4,8	15,5
картофельное пюре	150	13,9	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
печень говяжья	100	22,78	54-18м	236,5	16,7	15,9	6,7
сок яблочный	200	13,2	пром	86,6	1	0,2	20,2
хлеб пшеничный	40	2,08	пром	93,8	3	0,3	19,7
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
ИТОГО	890	89,56		944,6	39,2	37,8	111,9
итого в среднем	1299	156,09	0	1477,87	57,234	48,676	184,26

завхоз школы:

Л.И. Антипенко
Антипенко Л.И.