



Утверждаю
 Директор МБОУ
 Вознесенской СОШ
 имени Л.Чекмарёва
 _____ В.В. Капля
 30" января 2023г

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

МЕНЮ

Школьной столовой

(для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов от 7 до 11 лет)

На период с "30" января по "04" февраля 2023г

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

Завтрак
30.01.2023г
понедельник

сыр твердых сортов в нарезке	20	12,3	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет с зелёным горошком	200	23,48	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	200	29,2	пром	91	0,8	0,6	20,6
хлеб пшеничный	40	2,08	пром	93,8	3	0,3	19,7
ИТОГО	690	72,12		576,1	25,9	24,5	

обед
30.01.2023г
понедельник

помидор в нарезке	50	5,0	54-3а	21,4	1,1	0,2	3,8
суп картофельный с клёцками	250	11	54-6с	117	5,8	4,1	14,2
рагу из птицы	250	20,1	54-22м	271,7	26,2	8,8	21,9
кисель из вишни	200	13,34	54-22хн	52,9	0,2	0	12,9

хлеб ржаной	50	4,55	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
хлеб пшеничный	80	4,16	пром	187,5	6,1	0,6	39,4
ИТОГО	880	58,15		735,9	42,7	14,3	108,9

**Завтрак
31.01.2023г
вторник**

Сыр твёрдых сортов	30	18,33	54-1з	107,5	7	8,9	0
каша жидкая молочная гречневая	200	14,22	54-20к	187,3	7,1	5,8	26,7
какао с молоком сгущённой	200	15,86	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	68,01		580,4	22,2	18,7	81,1

**Обед
31.01.2023г
вторник**

винегрет с растительным маслом	60	7,9	54-16а	67,1	0,7	5,4	4
суп срыбными консервами	200	20,43	54-12с	115,7	7,9	3,8	12,4
картофельное пюре	150	18,48	54-11г	139,4	3,1	5,3	19,8
печень говяжья	80	29,08	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	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
ИТОГО	750	93,11		766,8	33,7	31,2	87,9

**Завтрак
01.02.2023г
среда**

путинг из творога с яблоками	200	64,46	54-4т	333,9	30,5	14,4	20,5
чай с молоком и сахаром	200	6,98	54-4гн	50,9	1,6	1,1	8,6
хлеб пшеничный	40	1,56	пром	93,8	3	0,3	19,7
яблоко	200	26,4	пром	88,8	0,8	0,8	19,6
ИТОГО	640	99,4	0	567,4	35,9	16,6	68,4

**Обед
01.02.2023г
среда**

салат из моркови с яблоком	80	7,74	54/2з	11,3	0,6	0,1	2
свекольник со сметаной	200	10,51	54-18с	110,4	2,2	5,3	13,4

каша перловая рассыпчатая	200	14,76	54-5г	249,5	5,9	7	40,7
котлеты куриные	85	17	п/ф	148,5	10,8	8,5	7,1
соус красный основной	25	3,83	54-3соус	17,7	0,8	0,6	2,2
хлеб ржаном	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
напиток апельсиновый	200	8,62	54-33кн	81	0,5	0	19,8
ИТОГО	870	67,52	0	786,8	26,6	22,3	119,8

**завтрак
02.02.2023г**

четверг

сырники	200	67,1	54/6т	391,5	39,3	11,5	32,8
чай с сахаром	200	1,3	54-2гн	26,8	0,2	0	6,4
хлеб пшеничный	20	1,04	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
банан	150	12,9	пром	141,8	2,3	0,8	31,5
ИТОГО	570	82,34		630,4	44,1	12,5	85,5

**обед
02.02.2023г**

четверг

салат из свежих помидоров и огурцов	80	5,21	54-5в	49,90	0,8	4,1	2,5
борщ с капустой и картофелем	250	6,26	54-22с	97,9	5,4	4,3	9,3
запеканка картофельная с говядиной	200	40	54-13м	409	23,6	23,2	26,5
компот из смеси сухофруктов	200	9,19	54-1мс	81	0,5	0	19,8
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	810	65,72		805,8	36,1	32,4	92,7

**Завтрак
03.02.2023г**

пятница

сыр твёрдых сортов в нарезке	30	19,83	54-1з	107,5	7	8,9	0
масло сливочное (порциями)	10	8,03	53-19	66,1	0,1	7,3	0,1
суп молочный с макаронами изделиями	250	15,94	54-19к	167,8	6,9	5,7	22,3
какао с молоком	200	16,22	54-21гн	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	140,6	4,6	0,5	29,5

ИТОГО	540	62,62		582,4	23,3	25,9	64,4
--------------	------------	--------------	--	--------------	-------------	-------------	-------------

**Обед
03.02.2023г
пятница**

салат из белокочанной капусты с помидором	60	5,13	54-6в	73,5	1,4	6,6	2,1
щи из свежей капусты со сметаной	200	6,17	54-1с	92,2	4,7	5,5	5,7
макароны отварные с овощами	150	15,75	54-11г	180,7	4,7	6,2	26,5
гуляш из говядины	80	22,89	54-2м	185,7	13,6	13,2	3,1
кисель из брусники	200	15,02	пром	60,7	0,1	0,1	14,8
хлеб пшеничный	20	1,04	пром	46,9	1,5	0,2	9,8
хлеб ржаной	20	1,64	пром	34,2	1,3	0,2	6,7
сырок творожный	30	25	пром	95,2	2,7	6,9	5,6
ИТОГО	760	92,64		769,1	30	38,9	74,3

**Завтрак
04.02.2023г
суббота**

сыр твёрдых сортов в нарезке	10	6,15	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная пшеничная	200	19,05	54-24к	274,9	8,3	10,1	37,6
кофейный напиток с молоком	200	15,55	54-23гн	86	3,9	2,9	11,2
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
хлеб пшеничный	20	1,04	пром	46,9	6,1	0,6	39,4
ИТОГО	480	45,89		564,9	26,2	20,1	104,9

**Обед
04.02.2023г
суббота**

борщ с фасолью	200	14,5	54-19с	107,5	3,1	5,1	12,3
картофельное пюре	150	13,86	54-11г	139,4	3,1	5,3	19,8
рыба тушёная в томате с овощами	100	33,19	54-10р	147,3	16,3	11,3	6,3
компот из свежих яблок	200	9,74	54-32кн	41,6	0,2	0,1	9,9
хлеб ржаном	20	1,64	пром	34,2	1,3	0,2	6,7
хлеб пшеничный	20	1,04	пром	46,9	1,5	0,2	9,8
масса творожная	100	31,3	пром	343,8	7,1	23	27,1
икра из баклажанов. Консервы	50	22,5	пром	73,5	0,9	6,7	7,5
ИТОГО	840	127,77		934,2	33,5	51,9	99,4
Всего в среднем	1401,67	155,88	0,00	1383,36	63,37	51,55	164,55

Завхоз школы:



Антипенюк Л.И.