



Утверждаю:  
 Директор МБОУ  
 Вознесенской СОШ  
 Т.Чекмарева  
 В.В. Капля

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

**МЕНЮ**

**Школьной столовой**

( для детей льготной категории )

На период с "20" ноября по "25" ноября 2023г

| № рецептуры                           | Название блюда             | Масса<br>г | Цена блюда<br>руб, коп | Энергетическая<br>ценность<br>ккал | Белки<br>г | Жиры<br>г   | Углеводы<br>г |
|---------------------------------------|----------------------------|------------|------------------------|------------------------------------|------------|-------------|---------------|
| Завтрак<br>20.11.2023г<br>понедельник |                            |            |                        |                                    |            |             |               |
| 54-11з                                | Салат из моркови и яблок   | 100        | 11,19                  | 123,8                              | 0,9        | 10,2        | 7,1           |
| 54-11г                                | Картофельное пюре          | 200        | 24,28                  | 185,8                              | 4,1        | 7,1         | 26,4          |
| 54-3м                                 | Голубцы ленивые            | 85         | 34,24                  | 109,10                             | 7,2        | 6,5         | 5,5           |
| 54-21гн                               | Какао с молоком            | 200        | 14,90                  | 100,4                              | 4,7        | 3,5         | 12,5          |
| Пром.                                 | Хлеб пшеничный             | 20         | 1,64                   | 34,2                               | 1,3        | 0,2         | 6,7           |
| Пром.                                 | Хлеб ржаной                | 50         | 4,1                    | 117,20                             | 3,8        | 0,4         | 24,6          |
|                                       | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>    | <b>655</b> | <b>90,35</b>           | <b>670,5</b>                       | <b>22</b>  | <b>27,9</b> | <b>82,8</b>   |
| Завтрак<br>21.11.2023г<br>вторник     |                            |            |                        |                                    |            |             |               |
| 54-4г                                 | Каша гречневая рассыпчатая | 250        | 18,67                  | 389,5                              | 13,7       | 10,6        | 59,9          |
| П/Ф                                   | Тефтели" натуральные"      | 65         | 21,45                  | 109,1                              | 8          | 6,5         | 4,7           |
| 54-3 соус                             | Соус красный основной      | 25         | 3,6                    | 17,7                               | 0,8        | 0,6         | 2,2           |

|        |                         |            |              |              |             |             |              |
|--------|-------------------------|------------|--------------|--------------|-------------|-------------|--------------|
| 54-2хн | Компот из кураги        | 200        | 16,19        | 66,9         | 1           | 0,1         | 15,6         |
| Пром.  | Хлеб пшеничный          | 40         | 1,64         | 93,8         | 3           | 0,3         | 19,7         |
| Пром.  | Хлеб ржаной             | 20         | 3,28         | 34,2         | 1,3         | 0,2         | 6,7          |
|        | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> | <b>600</b> | <b>64,83</b> | <b>711,2</b> | <b>27,8</b> | <b>18,3</b> | <b>108,8</b> |

Завтрак  
22.11.2023г  
среда

|         |                                     |            |              |              |             |             |             |
|---------|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-12с  | Суп с рыбными консервами ( горбуша) | 250        | 34,84        | 168,3        | 7,4         | 8,4         | 15,7        |
| 54-22гн | Какао с молоком сгущенным           | 200        | 17,47        | 133,4        | 3,5         | 3,4         | 22,3        |
| Пром.   | Булочка с повидлом                  | 50         | 15           | 191          | 4           | 7           | 28          |
| Пром.   | Хлеб пшеничный                      | 50         | 4,1          | 117,2        | 3,8         | 0,4         | 24,6        |
|         | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>             | <b>550</b> | <b>71,41</b> | <b>609,9</b> | <b>18,7</b> | <b>19,2</b> | <b>90,6</b> |

Завтрак  
23.11.2023г  
четверг

|           |                         |            |              |              |             |             |             |
|-----------|-------------------------|------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-6г     | Рис отварной            | 200        | 21,27        | 271,4        | 4,8         | 6,4         | 48,6        |
| П/Ф       | Котлеты куриные         | 85         | 18,36        | 148,5        | 10,8        | 8,5         | 7,1         |
| 54-2 соус | Соус белый основной     | 40         | 5,03         | 25           | 1,1         | 1,5         | 1,7         |
| 54-9хн    | Компот из облепихи      | 200        | 14,47        | 39           | 0,2         | 1           | 7,4         |
| Пром.     | Хлеб пшеничный          | 50         | 4,10         | 117,2        | 3,8         | 0,4         | 24,6        |
| Пром.     | Хлеб ржаной             | 25         | 2,05         | 42,7         | 1,7         | 0,3         | 8,4         |
|           | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> | <b>600</b> | <b>65,28</b> | <b>643,8</b> | <b>22,4</b> | <b>18,1</b> | <b>97,8</b> |

Завтрак  
24.11.2023г  
пятница

|           |                         |            |              |            |             |             |             |
|-----------|-------------------------|------------|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-1г     | Макаронны отварные      | 200        | 21,13        | 328        | 8,9         | 8,2         | 54,7        |
| П/Ф       | Котлеты домашние        | 75         | 24,08        | 131,2      | 9,7         | 7,7         | 5,9         |
| 54-1 соус | Соус сметанный          | 20         | 2,58         | 18,6       | 0,3         | 1,6         | 0,7         |
| 54-11хн   | Компот из брусники      | 200        | 15,05        | 32,70      | 0,1         | 0,1         | 7,8         |
| Пром.     | Хлеб пшеничный          | 20         | 21,90        | 46,9       | 1,5         | 0,2         | 9,8         |
| Пром.     | Яблоко                  | 150        | 1,64         | 66,6       | 0,6         | 0,6         | 14,7        |
|           | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b> | <b>665</b> | <b>86,38</b> | <b>624</b> | <b>21,1</b> | <b>18,4</b> | <b>93,6</b> |

Завтрак

25.11.2023г

суббота

|        |                              |               |              |               |              |              |              |
|--------|------------------------------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| 54-1з  | Сыр твердых сортов в нарезке | 30            | 19           | 107,5         | 7            | 8,9          | 0            |
| 54-27к | Каша жидкая молочная манная  | 250           | 15,5         | 217,8         | 6,7          | 7,2          | 31,6         |
| Пром.  | Сок абрикосовый              | 200           | 9,27         | 105,6         | 1            | 0            | 25,4         |
| Пром.  | Банан                        | 200           | 15,7         | 189           | 3            | 1            | 42           |
| Пром.  | Хлеб пшеничный               | 30            | 4,1          | 70,3          | 2,3          | 0,2          | 14,8         |
|        | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>      | <b>710</b>    | <b>63,57</b> | <b>690,2</b>  | <b>20</b>    | <b>17,3</b>  | <b>113,8</b> |
|        | <b>ИТОГО В СРЕДНЕМ</b>       | <b>630,00</b> | <b>73,64</b> | <b>658,27</b> | <b>22,00</b> | <b>19,87</b> | <b>97,90</b> |

Завхоз:

Антипенюк Р.Ю