



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

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

МЕНЮ

Школьной столовой

(для детей категории ОВЗ от 7-11 лет)

На период с "05" февраля по "09" февраля 2024г

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Цена блюда руб, коп	Энергетичес ккал	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	----------------	------------	------------------------	---------------------	------------	-----------	---------------

ЗАВТРАК

05.02.2024

понедельник

54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	200	18,23	270,3	8,1	9,2	38,6
54-13хн	Напиток из шиповника	200	14,13	65,4	0,6	0,2	15,1
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,46	51,2	2	0,4	10
Пром.	Повидло яблочное	20	4	52,3	0,1	0	13
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	42,92	556,4	14,6	10,2	101,3

ОБЕД

54-7з	Салат из белокочанной капусты	60	6,13	85,8	1,5	6,1	6,2
54-10с	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	7,1	115,6	5,1	5,8	10,8
54-1г	Макаронь отварные	150	14,05	196,8	5,3	4,9	32,8
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	24,7	109,1	8	6,5	4,7
54-3соус	Соус красный основной	30	5,05	21,2	1	0,7	2,7
54-9хн	Компот из облепихи	200	11,58	39	0,2	1	7,4
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
Пром.	Банан	150	16,6	141,8	2,3	0,8	31,5

	ИТОГО ЗА ОБЕД	905	89,31	794,7	26,7	26,4	112,8
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1405	132,23	1351,1	41,3	36,6	214,1

ЗАВТРАК

06.02.2024

вторник

53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	8,5	66,1	0,1	7,3	0,1
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	13,23	187,3	7,1	5,8	26,7
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	12,33	86	3,9	2,9	11,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	510	42,26	542	18,2	17	79,3

ОБЕД

54-16з	Винегрет с растительным маслом	60	7,98	67,1	0,7	5,4	4
54-18с	Свекольник (со сметаной)	200	12,52	88,3	1,8	4,3	10,7
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	200	59,3	408,6	23,6	23,2	26,5
54-2хн	Компот из кураги	200	15,79	66,9	1	0,1	15,6
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
	ИТОГО ЗА ОБЕД	710	99,69	716,3	30,4	33,6	73,5
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1220	141,95	1258,3	48,6	50,6	152,8

ЗАВТРАК

07.02.2024

среда

54-18к	Суп молочный с рисом	200	13,21	133,5	4,9	4,5	18,4
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	21,22	133,4	3,5	3,4	22,3
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	42,63	469,5	15,5	8,9	82

ОБЕД

54-2з	Огурец в нарезке	60	24,75	8,5	0,5	0,1	1,5
54-9с	Суп фасолевый	200	9,16	125,9	6,8	4,6	14,4
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	57,6	317,9	20,1	18,8	17,2
54-11хн	Компот из брусники	200	17,74	32,7	0,1	0,1	7,8
Пром.	Сырок творожный	40	25	127	3,6	9,2	7,4

Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
	ИТОГО ЗА ОБЕД	800	142,45	814,6	38,2	33,8	89,6
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1300	185,08	1284,1	53,7	42,7	171,6

ЗАВТРАК

08.02.2024

четверг

54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	25	15,6	89,6	5,8	7,4	0
54-2о	Омлет с зеленым горошком	180	49,97	184,2	11,6	12,8	5,7
54-13хн	Напиток из шиповника	200	14,13	65,4	0,6	0,2	15,1
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	505	87,9	541,8	25,1	21,4	62,1

ОБЕД

54-3з	Помидор в нарезке	60	20,34	12,8	0,7	0,1	2,3
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	8,67	92,2	4,7	5,6	5,7
54-6г	Рис отварной	200	25,72	271,4	4,8	6,4	48,6
П/Ф	Котлеты Куриные	80	13,6	139,7	10,2	8	6,7
54-3соус	Соус красный основной	20	3,37	14,1	0,7	0,5	1,8
54-4бгн	Чай с яблоком и сахаром	200	6,58	31,7	0,2	0,1	7,5
Пром.	Мандарин	100	24	35	0,8	0,2	7,5
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	910	106,38	714,1	25,9	21,3	104,7
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1415	194,28	1255,9	51	42,7	166,8

ЗАВТРАК

09.02.2024

пятница

54-3к	Каша вязкая молочная кукурузная с курагой	200	24,24	293,8	7,4	8,8	46,4
54-6гн	Чай со смородиной и сахаром	200	10,38	30,9	0,3	0,1	7,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
Пром.	Повидло яблочное	20	4	52,3	0,1	0	13
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	520	46,82	579,6	14,9	9,9	107,9

ОБЕД

54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	4,56	81,5	1	6,1	5,8
54-12с	Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	36,56	115,7	7,9	3,8	12,4
П/Ф	Вареники	200	36,8	309,6	22,6	11,3	29,5
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Банан	150	16,6	141,8	2,3	0,8	31,5
Пром.	Сок яблочный	200	13,2	86,6	1	0,2	20,2
	ИТОГО ЗА ОБЕД	910	111,82	937,8	41,9	23,2	140,7
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1430	158,64	1517,4	56,8	33,1	248,6
	ИТОГО В СРЕДНЕМ	1354	162,44	1333,36	50,28	41,14	190,78

Составил : завхоз



Антипёнок Р.Ю