



Утверждаю:
Директор МБОУ
Вознесенской СОШ
имени Л.Чекмарёва
В.В. Капля
13" февраля 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 11 и старше)

На период с "13" февраля по "18" февраля 2023г

Наименование блюда	Масса порции, г	Цена	номер рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность вещества, г		
					завтрак	белки	жиры
				13.02.2023г			
				понедельник			
сыр твердых сортов в нарезке	30	15,6	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	5,78	54-3гн	27,9	0,2	0,1	6,6
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
груша	220	48,4	пром	100,1	0,8	0,6	20,6
хлеб пшеничный	40	2,08	пром	93,8	3	0,3	19,7
ИТОГО	720	109,96		585,2	25,9	24,5	63,3

обед

13.02.2023г

понедельник

помидор в нарезке	100	22,6	54-3а	21,4	1,1	0,2	3,8
суп картофельный с клёцками	250	10,66	54-6с	117	5,8	4,1	14,2
рагу из птицы	200	27,1	54-22м	217,3	21	7	17,5
кисель из вишни	200	16,21	54-22хн	52,9	0,2	0	12,9
хлеб ржаной	70	4,1	пром	119,6	4,6	0,8	23,4

хлеб пшеничный	80	4,16	пром	187,5	6,1	0,6	39,4
ИТОГО	900	84,83		715,7	38,8	12,7	111,2

**Завтрак
14.02.2023г**

вторник

сыр твёрдых сортов в нарезке	20	10,4	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная гречневая	200	15,15	54-20к	187,3	7,1	5,8	26,7
какао с молоком сгущённой	200	17,69	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	570	62,84		544,6	19,8	15,7	81,1

**Обед
14.02.2023г**

вторник

винегрет с растительным маслом	100	10,88	54-16а	111,9	1,2	8,9	6,7
суп срыбными консервами	250	31,79	54-12с	144,6	9,9	4,8	15,5
картофельное пюре	200	17,69	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
печень говяжья	100	29,56	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	940	109,3	0	944,6	39,2	37,8	111,9

**Завтрак
15.02.2023г**

среда

путинг из творога с яблоками	200	74,5	54-4т	333,9	30,5	14,4	20,5
чай с молоком и сахаром	200	6,85	54-4гн	50,9	1,6	1,1	8,6
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	93,8	3	0,3	14,8
яблоко	220	28,6	пром	97,7	0,9	0,9	21,6
ИТОГО	650	111,51		576,3	36	16,7	65,5

**Обед
15.02.2023г**

среда

салат из моркови с яблоком	100	8,76	54/2з	123,8	0,9	10,2	7,1
свекольник со сметаной	250	8,14	54-18с	110,4	2,2	5,3	13,4

каша перловая рассыпчатая	200	12,53	54-5г	249,5	5,9	7	40,7
котлеты куриные	85	25,5	п/ф	148,5	10,8	8,5	7,1
соус красный основной	40	5,66	54-3соус	28,2	1,3	1	3,6
хлеб ржаном	70	5,74	пром	119,6	4,6	0,8	23,4
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
напиток апельсиновый	200	8,62	54-1хн	33	0,2	0	8
ИТОГО	995	77,55		930,2	29,7	33,2	127,9

завтрак
16.02.2023г

четверг

сырники	200	80,09	54/6г	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	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
банан	200	30	пром	189	3	1	42
ИТОГО	630	112,95		677,6	44,8	12,7	96

обед
16.02.2023г

четверг

салат из свежих помидоров и огурцов	100	6,52	54-5в	62,40	1	5,1	3,1
борщ с капустой и картофелем	250	6,26	54-22с	97,9	5,4	4,3	9,3
запеканка картофельная с говядиной	200	34,76	54-13м	409	23,6	23,2	26,5
компот из смеси сухофруктов	200	8,42	54-1мс	81	0,5	0	19,8
хлеб ржаной	100	8,2	пром	170,8	6,6	1,2	33,4
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	900	66,76		937,9	40,9	34,2	116,7

Завтрак
17.02.2023г

пятница

сыр твёрдых сортов в нарезке	30	15,6	54-1з	107,5	7	8,9	0
масло сливочное (порциями)	10	7,2	53-19	66,1	0,1	7,3	0,1
суп молочный с макаронами изделиями	250	15,41	54-19к	167,8	6,9	5,7	22,3
какао с молоком	200	16	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	56,81		582,4	23,3	25,9	64,4
--------------	------------	--------------	--	--------------	-------------	-------------	-------------

Обед
17.02.2023г
пятница

салат из белокочанной капусты с помидором	100	8,56	54-6в	122,5	2,3	11	3,6
щи из свежей капусты со сметаной	250	7,72	54-1с	115,3	5,8	7	7,1
макароны отварные с овощами	200	21	54-11г	241	6,3	8,3	35,4
гуляш из говядины	80	32,89	54-2м	185,7	13,6	13,2	3,1
кисель из брусники	200	20,02	пром	60,7	0,1	0,1	14,8
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
сырок творожный	40	25	пром	127	3,6	9,2	7,4
ИТОГО	930	119,21		973,7	36	49,4	96,2

Завтрак
18.02.2023г.
суббота

сыр твёрдых сортов в нарезке	20	10,4	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная пшеничная	200	17,37	54-24к	274,9	8,3	10,1	37,6
кофейный напиток с молоком	200	14,34	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	80	4,16	пром	187,5	6,1	0,6	39,4
ИТОГО	550	50,37		705,5	26,2	20,1	104,9

Обед
18.02.2023г
суббота

борщ с фасолью	250	18,12	54-19с	134,4	3,9	6,4	15,4
картофельное пюре	200	17,69	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
рыба тушёная в томате с овощами	100	32,54	54-10р	191,9	16,3	11,3	6,3
компот из свежих яблок	200	9,27	54-32кн	41,6	0,2	0,1	9,9
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
икра из баклажанов. Консервы	60	9,6	пром	88,1	1	8	3,1
	1539,17	176,00	0,00	1503,02	65,53	52,80	190,25

Завхоз школы:

 Антипёнок Л.И./