

Утверждено:

Директор МБОУ
Вознесенской СОШ
имени Л.Чекмарева
В.В. Капля



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 лет до 11 лет)

На период с "15" мая по "19" мая 2023г

Наименование блюда	Масса порции, г	Цена	номер рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность вещества, г		
					белки	жиры	углеводы
				завтрак			
15.05.2023г							
понедельник							
сырники	200	32,84	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	1,64	пром	46,9	1,5	0,2	9,8
банан	150	24	пром	141,8	2,3	0,8	31,5
ИТОГО	570	59,78		607	43,3	12,5	80,5

обед

15.05.2023г

понедельник

салат из свежих помидоров и огурцов	80	17,5	54-5в	49,90	0,8	4,1	2,5
борщ с капустой и картофелем	250	6,19	54-22с	97,9	5,4	4,3	9,3
запеканка картофельная с говядиной	200	37,19	54-13м	409	23,6	23,2	26,5
компот из смеси сухофруктов	200	9,07	54-1мс	81	0,5	0	19,8

хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
хлеб пшеничный	50	4,1	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	810	76,51		805,8	36,1	32,4	92,7

Завтрак
16.05.2023г
вторник

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 макаронными изделиями	250	14,42	54-19к	167,8	6,9	5,7	22,3
какао с молоком	200	14,85	54-21гн	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб пшеничный	50	4,1	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	540	56,17		559	22,5	25,8	59,5

Обед
16.05.2023г
вторник

салат из белокочанной капусты с помидором	60	7,37	54-6в	73,5	1,44	6,6	2,1
щи из свежей капусты со сметаной	200	7,72	54-1с	92,2	4,7	5,6	5,7
макароны отварные с овощами	150	19,82	54-11г	180,7	4,7	6,2	26,5
гуляш из говядины	100	32,89	54-2м	232,1	17	16,5	3,9
кисель из брусники	200	16,28	пром	60,7	0,1	0,1	14,8
хлеб пшеничный	20	1,64	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	15,75	пром	95,2	2,7	6,9	5,6
ИТОГО	780	103,11		815,5	33,44	42,3	75,1

Завтрак
17.05.2023г
среда

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	12,06	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	1,64	пром	46,9	1,5	0,2	9,8
ИТОГО	490	45,57		564,9	21,6	19,7	75,3

Обед
17.05.2023г

		среда					
борщ с фасолью	250	16,99	54-19с	107,5	3,1	5,1	12,3
картофельное пюре	150	13,22	54-11г	139,4	3,1	5,3	19,8
рыба тушёная в томате с овощами	100	25,28	54-10р	147,3	13,9	7,4	6,3
компот из свежих яблок	200	9,27	54-32кн	41,6	0,2	0,1	9,9
хлеб пшеничный	50	4,1	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
икра из баклажанов. Консервы	60	9,6	пром	73,5	0,9	6,7	2,6
масса творожная	100	15	пром	343,8	7,1	23	27,1
ИТОГО	910	93,46		970,3	32,1	48	102,6

18.05.2023г
четверг

сыр твердых 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
каша жидкая молочная гречневая	200	14,67	54-20к	187,3	7,1	5,8	26,7
чай с сахаром	200	1,3	54-2гн	21,4	0,1	0	5,2
хлеб пшеничный	30	2,46	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
яблоко	200	28,8	пром	88,8	0,8	0,8	19,6
ИТОГО	670	70,03		541,4	17,4	23	66,4

обед
18.05.2023г
четверг

салат из свежих помидор и огурцов	60	13,12	54-5з152	37,5	0,6	3,1	1,8
суп крестьянский с крупой	200	6,25	54-10с	115,6	5,1	5,8	10,8
макаронны отварные	200	17,42	54-1г	262,4	7,1	6,6	43,7
котлета домашняя	85	34	п/ф	148,7	11	8,7	6,6
соус белый основной	25	3,11	54-2соус	15,6	0,7	0,9	1,1
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
хлеб пшеничный	50	4,1	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
компот из брусники	200	16,35	54-11гн	32,7	0,1	0,1	7,8
ИТОГО	870	98,45		815,1	31,7	26,2	113,1

Завтрак
19.05.2023г
пятница

сыр твердых сортов в нарезке	30	15,6	54/13	107,5	7	8,9	0
омлет натуральный	150	33,49	54-13	225,5	12,7	18	3,2
какао с молоком	200	14,85	54-21ГН	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб пшеничный	30	2,46	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
апельсин	200	36,6	пром	75,6	1,8	0,4	16,2
ИТОГО	610	103		579,3	28,5	31	46,7

Обед

19.05.2023г

пятница

салат из моркови и чернослив	80	8,24	54-9з	75,7	1,2	0,2	17,2
суп гороховый	250	10,41	54-17	138,7	8,2	3,5	18,7
плов из отварной говядины	200	40,42	54-11Г	348,2	15,3	14,7	38,6
чай с лимоном и сахаром	200	6,04	54-4ГН	27,9	0,2	0,1	6,6
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
хлеб пшеничный	50	4,1	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	830	73,31		793,1	32	19,5	122,4
	1416	155,88	0	1410,28	59,728	56,08	166,86

Завхоз школы : *Л.И. Антипенюк* Л.И./