



Утверждаю:

Директор МБОУ

Вознесенской СОШ

имени Л.Чекмарёва

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 12 лет и старше лет)

На период с "22" мая по "27" мая 2023г

Наименование блюда	Масса порции, г	Цена	номер рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность вещества, г		
					завтрак	белки	жиры

завтрак
22.05.2023г

понедельник

сыр твердых сортов в нарезке	10	5,2	54/1з	107,5	7	8,9	0
каша вязкая молочная кукурузная	200	18,08	54/2к	287,8	7,2	9,2	44
яйцо варёное	40	8,5	54/6о	56,6	4,8	4	0,3
чай с сахаром	200	1,3	54/45гн	21,4	0,1	0	5,2
хлеб пшеничный	20	1,64	пром	46,9	1,5	0,2	9,8
банан	200	32,00	пром	189	3	1	42
ИТОГО	670	66,72		709,2	23,6	23,3	101,3

обед
22.05.2023г

понедельник

салат из белокачанной капусты с помидорами и огурцом	100	16,34	54-6з	122,5	2,3	11	3,6
--	-----	-------	-------	-------	-----	----	-----

маронными изделиями и картофелем	250	6,78	54-24с	126,1	6	2,7	19,4
рис с овощами	200	17,85	54-26г	223,7	4,3	7,6	34,7
рыба, запёченная с сыром и луком	100	29,34	54-12р	175,2	16,1	11	2,9
компот из кураги	200	13,57	54-2хн	66,9	1	0,1	15,6
хлеб ржаной	20	1,64	пром	34,2	1,3	0,2	6,7
хлеб пшеничный	40	3,28	пром	93,8	3	0,3	19,7
ИТОГО	910	88,8		842,4	34	32,9	102,6

завтрак
23.05.2023г

вторник

масло сливочное порциями	10	7,2	53-19а	66,1	0,1	7,3	0,1
сыр твёрдых сортов в нарезке	20	10,4	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша вязкая молочная манная	200	13,17	54-27к	174,2	5,3	5,7	25,3
хлеб пшеничный	50	4,1	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
чай с яблоком и сахаром	200	6,24	54-46гн	31,7	0,2	0,1	7,5
апельсин	230	42,09	пром	86,9	2,1	0,5	18,6
ИТОГО	710	83,2		547,8	16,1	19,9	76,1

Обед
23.05.2023г

вторник

салат из белокачанной капусты с морковью	100	8,09	54-9з	135,9	1,6	10,1	9,6
суп из овощей	250	10,67	54-26с	89	1,8	4,6	10,1
картофельное пюре	200	17,69	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
капуста тушёная с мясом птицы	100	14,83	54-27м	91,5	8,4	4,1	5,2
сок абрикосовый	200	13,6	пром	105,6	1	0	25,4
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	930	69,94		776,2	22,7	26,7	111,3

Завтрак
24.05.2023г

среда

сыр твёрдых сортов в нарезке	20	10,4	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная рисовая	200	15,54	54-26к	184,5	5,3	5,4	28,7
какао с молоком	200	16	54-21гн	100,4	4,7	3,5	12,5

хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
йогурт	100	38	пром	62	4,5	2	6,5
хлеб пшеничный	40	3,28	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	590	85,68		587	24,9	17,6	82,3

Обед
24.05.2023г
среда

огурец в нарезке	100	21,87	54/2з	14,1	0,8	0,1	2,5
суп из овощей с фрикадельками мясными	250	19,64	54-5с	28,6	2	0,7	3,5
каша гречневая рассыпчатая	200	20,07	54-4г	311,6	11	8,5	47,9
тефтели "натуральные" мясные	65	24,57	п/ф	109,1	8	6,5	4,7
соус красный основной	50	7,08	54-3соус	35,3	1,6	1,2	4,5
хлеб ржаном	30	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
хлеб пшеничный	40	3,28	пром	164,1	5,3	0,6	34,4
компот из сухофруктов	200	9,07	54-1хн	81	0,5	0	19,8
ИТОГО	935	109,68		829,2	32,5	18,2	134

Завтрак
25.05.2023г
четверг

сыр твердых сортов в нарезке	30	15,6	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет с зелёным горошком	200	37,89	54/2к	204,7	12,9	14,2	6,4
чай с лимоном и сахаром	200	6,04	54-3гн	27,9	0,2	0,1	6,6
хлеб ржаной	70	5,74	пром	119,6	4,6	0,8	23,4
груша	220	43,2	пром	100,1	0,9	0,7	22,7
хлеб пшеничный	40	3,28	пром	93,8	3	0,3	19,7
ИТОГО	760	111,75		653,6	28,6	25	

обед
25.05.2023г
четверг

помидор в нарезке	100	30,3	54-3а	21,4	1,1	0,2	3,8
суп картофельный с клёцками	250	6,15	54-6с	117	5,8	4,1	14,2
рагу из птицы	250	35,1	54-22м	271,7	26,2	8,8	21,9
кисель из вишни	200	20,45	54-22хн	52,9	0,2	0	12,9
хлеб ржаной	70	5,74	пром	119,6	4,6	0,8	23,4

хлеб пшеничный	100	8,2	пром	234,4	7,6	0,8	49,2
ИТОГО	970	105,92		817	45,5	14,7	125,4

Завтрак

26.05.2023г

пятница

сыр твёрдых сортов в нарезке	20	10,4	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная гречневая	200	14,67	54-20к	187,3	7,1	5,8	26,7
какао с молоком сгущённой	200	17,12	54-22гн	133,4	3,5	3,4	22,3
хлеб пшеничный	50	4,1	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
мандарин	100	21,6	пром	35	0,8	0,2	7,5
ИТОГО	570	67,89		544,6	19,8	15,7	81,1

Обед

26.05.2023г

пятница

винегрет с растительным маслом	100	13,26	54-16а	111,9	1,2	8,9	6,7
суп срыбными консервами	250	37,24	54-12с	144,6	9,9	4,8	15,5
картофельное пюре	200	17,63	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
печень говяжья	100	26,56	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	3,28	пром	93,8	3	0,3	19,7
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
ИТОГО	940	115,27		944,6	39,2	37,8	111,9

Завтрак

27.05.2023г

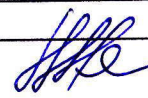
суббота

путинг из творога с яблоками	200	30,33	54-4г	333,9	30,5	14,4	20,5
чай с молоком и сахаром	200	6,54	54-4гн	50,9	1,6	1,1	8,6
хлеб пшеничный	40	3,28	пром	93,8	3	0,3	19,7
яблоко	220	31,5	пром	97,7	0,9	0,9	21,6
ИТОГО	660	71,65		576,3	36	16,7	70,4

Обед
27.05.2023г
суббота

салат из моркови с яблоком	100	8,92	54/2з	123,8	0,9	10,2	7,1
свекольник со сметаной	250	13,23	54-18с	110,4	2,2	5,3	13,4
каша перловая рассыпчатая	200	13,05	54-5г	249,5	5,9	7	40,7
котлеты куриные	85	18,62	п/ф	148,5	10,8	8,5	7,1
соус красный основной	40	5,66	54-3соус	17,7	0,8	0,6	2,2
хлеб ржаном	70	5,74	пром	119,6	4,6	0,8	23,4
хлеб пшеничный	50	4,1	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
напиток апельсиновый	200	10,15	54-1хн	33	0,2	0	8
ИТОГО	995	79,47		919,7	29,2	32,8	126,5
	1606,67	176,00	0	1457,93	58,68	46,88	187,15

Завхоз школы:

 /Антипёнок Л.И./