



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 категории ОБЗ от 7-11 лет ) .

На период с "04" марта по "07" марта 2024г

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Цена блюда	Энергетичес	Белки	Жиры	Углеводы
-------------	----------------	-------	------------	-------------	-------	------	----------

**ЗАВТРАК**

04.03.2024

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
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>500</b>	<b>42,92</b>	<b>556,4</b>	<b>14,6</b>	<b>10,2</b>	<b>101,3</b>

**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	Макароньы 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

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

**ЗАВТРАК**

05.03.2024

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
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>510</b>	<b>42,26</b>	<b>542</b>	<b>18,2</b>	<b>17</b>	<b>79,3</b>

**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
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>710</b>	<b>99,69</b>	<b>716,3</b>	<b>30,4</b>	<b>33,6</b>	<b>73,5</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1220</b>	<b>141,95</b>	<b>1258,3</b>	<b>48,6</b>	<b>50,6</b>	<b>152,8</b>

**ЗАВТРАК**

06.03.2024

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
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>500</b>	<b>42,63</b>	<b>469,5</b>	<b>15,5</b>	<b>8,9</b>	<b>82</b>

**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	52,3	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
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>800</b>	<b>137,15</b>	<b>814,6</b>	<b>38,2</b>	<b>33,8</b>	<b>89,6</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1300</b>	<b>179,78</b>	<b>1284,1</b>	<b>53,7</b>	<b>42,7</b>	<b>171,6</b>

**ЗАВТРАК**

07.03.2024

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
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>505</b>	<b>87,9</b>	<b>541,8</b>	<b>25,1</b>	<b>21,4</b>	<b>62,1</b>

**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
54-46гн	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
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>910</b>	<b>106,38</b>	<b>714,1</b>	<b>25,9</b>	<b>21,3</b>	<b>104,7</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1415</b>	<b>194,28</b>	<b>1255,9</b>	<b>51</b>	<b>42,7</b>	<b>166,8</b>
	<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ</b>	<b>1335,00</b>	<b>162,06</b>	<b>1287,35</b>	<b>48,65</b>	<b>43,15</b>	<b>176,33</b>

Составил : завхоз



Антипёнок Р.Ю