



Утверждаю:
Директор МБОУ
Вознесенской СОШ
имени Л.Чекмарёва
В.В. Капля
"24" октября 2022г

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 лет и старше)

На период с "24" октября по "31" октября 2022г

сыр твёрдых сортов в нарезке	30	19,68	54-1з	107,5	7	8,9	0
каша жидкая молочная гречневая	200	14,22	54-20к	187,3	7,1	5,8	26,7
какао с молоком сгущённой	200	15,86	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	580	69,36		580,4	22,2	18,7	81,1

Обед

24.10.2022г

понедельник

винегрет с растительным маслом	100	13,17	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	150	18,48	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	890	112,38	0	944,6	39,2	37,8	111,9

Завтрак

25.10.2022г

вторник

путинг из творога с яблоками	200	48,76	54-4г	333,9	30,5	14,4	20,5
чай с молоком и сахаром	200	6,98	54-4гн	50,9	1,6	1,1	8,6
хлеб пшеничный	40	1,56	пром	93,8	3	0,3	19,7
яблоко	200	26,4	пром	88,8	0,8	0,8	19,6
ИТОГО	640	83,7		567,4	35,9	16,6	68,4

Обед**25.10.2022г****вторник**

салат из моркови с яблоком	100	9,68	54/2з	11,3	0,6	0,1	2
свекольник со сметаной	250	13,14	54-18с	110,4	2,2	5,3	13,4
каша перловая рассыпчатая	200	14,76	54-5г	249,5	5,9	7	40,7
котлеты куриные	85	17	п/ф	148,5	10,8	8,5	7,1
соус красный основной	40	6,13	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	77,67		817,7	29,4	23,1	122,8

завтрак**26.10.2022г****среда**

сырники	200	43,01	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	17,2	пром	189	3	1	42
ИТОГО	630	63,07		677,6	44,8	12,7	96

обед**26.10.2022г****среда**

салат из свежих помидоров и огурцов	100	6,52	54-5в	62,50	0,97	5,15	3,08
борщ с капустой и картофелем	250	6,26	54-22с	97,9	5,4	4,3	9,3
запеканка картофельная с говядиной	200	50,42	54-13м	409	23,6	23,2	26,5
компот из смеси сухофруктов	200	9,19	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	83,19		938	40,87	34,25	116,68

**Завтрак
27.10.2022г
четверг**

сыр твёрдых сортов в нарезке	30	19,83	54-1з	107,5	7	8,9	0
масло сливочное (порциями)	10	8,03	53-19	66,1	0,1	7,3	0,1
суп молочный с макаронами изделиями	250	15,94	54-19к	167,8	6,9	5,7	22,3
какао с молоком	200	16,22	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	62,62		582,4	23,3	25,9	64,4

**Обед
27.10.2022г
четверг**

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	20	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	920	119,21		973,7	36	49,4	96,2

**Завтрак
28.10.2022г
пятница**

сыр твёрдых сортов в нарезке	20	19,83	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная пшенная	200	19,05	54-24к	274,9	8,3	10,1	37,6
кофейный напиток с молоком	200	15,55	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	62,69		705,5	26,2	20,1	104,9
--------------	------------	--------------	--	--------------	-------------	-------------	--------------

**Обед
28.10.2022г**

пятница

борщ с фасолью	250	7,12	54-19с	134,4	3,9	6,4	15,4
картофельное пюре	200	18,48	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
рыба тушёная в томате с овощами	100	36,55	54-10р	191,9	16,3	11,3	6,3
компот из свежих яблок	200	9,74	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
масса творожная	100	31,3	пром	343,8	7,1	23	27,1
икра из баклажанов. Консервы	60	27	пром	88,1	1	8	3,1
ИТОГО	1010	136,89		1188,2	39,7	56,9	129,5

**завтрак
29.10.2022г**

суббота

сыр твердых сортов в нарезке	30	20,62	54/1з	107,5	7	8,9	0
масло сливочное (порциями)	10	8,03	53-19	66,1	0,1	7,3	0,1
каша жидкая молочная гречневая	200	15,82	54-20к	187,3	7,1	5,8	26,7
чай с сахаром	200	1,3	54-2гн	26,8	0,2	0	6,4
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
яблоко	200	27,6	пром	88,8	0,8	0,8	19,6
ИТОГО	690	75,97		593,7	19	23,2	77,4

**обед
29.10.2022г**

суббота

салат из свежих помидор и огурцов	100	8,15	54-5з	62,4	1	5,1	3,1
суп крестьянский с крупой	250	7,98	54-10с	144,5	6,4	7,2	13,5
макаронны отварные	200	18,58	54-1г	262,4	7,1	6,6	43,7
котлета домашняя	100	42,7	п/ф	131,2	9,7	7,7	5,9
соус белый основной	30	4,31	54-2соус	18,7	0,8	1,1	1,3
хлеб ржаной	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

компот из брусники	200	17,97	54-11гн	32,7	0,1	0,1	7,8
ИТОГО	955	106,39		854,5	32,2	28,8	116,6

**Завтрак
31.10.2022г**

понедельник

сыр твердых сортов в нарезке	10	6,61	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет натуральный	200	38,96	54-1з	300,7	16,9	24	4,3
какао с молоком	200	16,22	54-21гн	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
апельсин	230	30,36	пром	86,9	2,1	0,5	18,6
ИТОГО	670	93,71		665,8	33	37,1	50,2

Обед

31.10.2022г

понедельник

салат из моркови и чернослив	100	11,17	54-9з	94,9	1,6	0,3	21,5
суп гороховый	250	13,57	54-17	138,7	8,2	3,5	18,7
плов из отварной говядины	200	43,5	54-11г	348,2	15,3	14,7	38,6
чай с лимоном и сахаром	200	6,09	54-4гн	27,9	0,2	0,1	6,6
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	85,13		897,7	35,7	20,2	143,4
Итого в среднем	1552,86	176,00	0	1569,6	65,35	57,82	197,07

завхоз школы:

Л.И. Антипенко Антипенко Л.И.