



Утверждаю:
Директор МБОУ
Вознесенской СОШ
имени Л.Чекмарёва
В.В. Капля
" 12 декабря 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 и старше)

На период с "12" декабря по "17" декабря 2022г

Завтрак
12.12.2022г
понедельник

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
12.12.2022г
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
13.12.2022г
вторник**

путинг из творога с яблоками	200	74,5	54-4т	333,9	30,5	14,4	20,5
чай с молоком и сахаром	200	6,98	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	109,44		567,4	35,9	16,6	68,4

**Обед
13.12.2022г
вторник**

салат из моркови с яблоком	100	9,68	54/2з	11,3	0,6	0,1	2
свекольник со сметаной	250	8,14	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	72,67		817,7	29,4	23,1	122,8

**завтрак
14.12.2022г
среда**

сырники	200	80,09	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	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8

банан	200	17,2	пром	189	3	1	42
ИТОГО	630	100,15		677,6	44,8	12,7	96

обед
14.12.2022г
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	34,76	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	67,53		938	40,87	34,25	116,68

Завтрак
15.12.2022г
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
15.12.2022г
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	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
16.12.2022г
пятница**

сыр твёрдых сортов в нарезке	20	19,83	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная пшеничная	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
16.12.2022г
пятница**

борщ с фасолью	250	18,12	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
икра из баклажанов. Консервы	60	27	пром	88,1	1	8	3,1
масса творожная	100	31,3	пром	343,8	7,1	23	27,1
ИТОГО	1010	147,89		1188,2	39,7	56,9	129,5

**завтрак
17.12.2022г
суббота**

сыр твердых сортов в нарезке	30	19,83	54/1з	107,5	7	8,9	
масло сливочное (порциями)	10	8,03	53-19	66,1	0,1	7,3	0,1
каша жидкая молочная гречневая	200	14,8	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	2,76	пром	88,8	0,8	0,8	19,6
ИТОГО	690	49,32		593,7	19	23,2	77,4

обед
17.12.2022г
суббота

салат из свежих помидор и огурцов	100	7,64	14-5в	62,4	1	5,1	3,1
суп крестьянский с крупой	250	8,09	54-10с	144,5	6,4	7,2	13,5
макароны отварные	200	11,75	54-1г	262,4	7,1	6,6	43,7
котлета домашняя	100	32,7	п/ф	131,2	9,7	7,7	5,9
соус белый основной	30	5,29	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	10,51	54-11гн	32,7	0,1	0,1	7,8
ИТОГО	980	82,68		854,5	32,2	28,8	116,6
	1555,83	175,99	0	1570,62	64,80	57,91	197,65

ОЗ школы



/Антипёнок Л.И./