

Утверждаю:
Директор МБОУ
Вознесенской СОШ
имени Л.Чекмарева
В.В. Капля
" 05" 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 "05" декабря по "10" декабря 2022г

Завтрак

05.12.2022г

понедельник

сыр твердых сортов в нарезке	30	20,62	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	690	107,72		665,8	33	37,1	50,2

Обед

05.12.2022г

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	63,5	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	105,13		897,7	35,7	20,2	143,4
--------------	------------	---------------	--	--------------	-------------	-------------	--------------

**Завтрак
06.12.2022г**

вторник

масло сливочное (порциями)	10	8,03	53-19	66,1	0,1	7,3	0,1
каша жидкая молочная пшеничная	200	13,69	54-24к	208,3	6,9	5,8	32,1
кофейный напиток с молоком	200	15,55	54-23гн	86	3,9	2,9	11,2
хлеб ржаной	20	1,64	пром	34,2	1,3	0,2	6,7
повидло абрикосовое	30	5,79	пром	77,2	0,1	0	19,2
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
мандарин	120	20,4	пром	42	1	0,2	9
ИТОГО	610	66,66		584,1	15,6	16,6	93,1

Обед

06.12.2022г

вторник

салат с капусты с овощами	100	7,54	54-10в	83,3	2,8	6,7	2,8
суп фасолевый	250	15,69	54-9с	157,4	8,5	5,7	18
жаркое по домашнему	200	81,58	54-9м	317,9	20,1	18,8	17,2
чай с молоком и сахаром	200	6,98	54-4гн	50,9	1,6	1,1	8,6
хлеб ржаном	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	122,59		897,5	43,4	33,9	104,6

завтрак

07.12.2022г

среда

сыр твердых сортов в нарезке	30	20,62	54/1з	107,5	7	8,9	
каша вязкая молочная кукурузная	200	19,23	54/2к	215,8	5,4	6,9	33
яйцо варёное	40	7	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	1,04	пром	46,9	1,5	0,2	9,8
банан	200	17,2	пром	141,8	2,3	0,8	31,5

ИТОГО	690	66,39		590	21,1	20,8	79,8
--------------	------------	--------------	--	------------	-------------	-------------	-------------

обед
07.12.2022г
среда

салат из белокачанной капусты с помидорами и огурцом	100	7,59	54-6з	122,5	2,3	11	3,6
суп макаронными изделиями и картофелем	250	6,93	54-24с	126,1	6	2,7	19,4
рис с овощами	200	20,16	54-26г	223,7	4,3	7,6	34,7
рыба, запечённая с сыром и луком	100	32,4	54-12р	175,2	16,1	11	2,9
компот из кураги	200	14,87	54-2хн	66,9	1	0,1	15,6
хлеб ржаной	40	3,28	пром	68,3	2,6	0,5	13,4
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
ИТОГО	920	86,79		853	34,6	33,1	104,4

Завтрак
08.12.2022г
четверг

масло сливочное порциями	20	16,06	53-19а	132,2	0,2	14,5	0,3
сыр твёрдых сортов в нарезке	30	20,62	54-1з	107,5	7	8,9	0
каша вязкая молочная манная	200	13,84	54-27к	174,2	5,3	5,7	25,3
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
чай с яблоком и сахаром	200	6,25	54-46гн	31,7	0,2	0,1	7,5
апельсин	230	30,36	пром	75,6	1,8	0,4	16,2
ИТОГО	730	89,73		638,4	18,3	30	73,9

Обед
08.12.2022г
четверг

салат из белокачанной капусты с морковью и яблоком	100	8,31	54-9з	120,9	1,4	10,1	6
суп из овощей	250	15,86	54-26с	89	1,8	4,6	10,1
картофельное пюре	200	18,48	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
капуста тушёная с мясом птицы	100	18,15	54-27м	91,5	8,4	4,1	5,2
сок абрикосовый	200	13,2	пром	105,6	1	0	25,4
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
ИТОГО	950	80,7		795,4	23,8	26,9	114,4

**Завтрак
09.12.2022г
пятница**

сыр твёрдых сортов в нарезке	20	13,75	54-1з	107,5	7	8,9	0
каша жидкая молочная рисовая	200	15,48	54-26к	167,2	4,6	5,8	24,3
какао с молоком	200	16,22	54-21гн	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
йогурт	100	2,6	пром	62	4,5	2	6,5
хлеб пшеничный	40	2,08	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	590	52,59		605,5	26,6	21	77,9

**Обед
09.12.2022г
пятница**

огурец в нарезке	100	10	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	21,93	54-4г	311,6	11	8,5	47,9
тефтели "натуральные" мясные	65	22,23	п/ф	109,1	8	6,5	4,7
соус красный основной	50	7,66	54-3соус	35,3	1,6	1,2	4,5
хлеб ржаном	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
хлеб пшеничный	70	3,64	пром	164,1	5,3	0,6	34,4
компот из сухофруктов	200	9,2	54-1хн	81	0,5	0	19,8
ИТОГО	985	98,4		829,2	32,5	18,2	134

**завтрак
10.12.2022г
суббота**

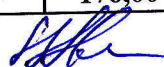
сыр твердых сортов в нарезке	30	20,62	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет с зелёным горошком	200	35,64	54/2к	204,7	12,9	14,2	6,4
чай с лимоном и сахаром	200	2,6	54-3гн	27,9	0,2	0,1	6,6
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
груша	200	39,2	пром	91	0,8	0,6	20,6

хлеб пшеничный	40	2,08	пром	93,8	3	0,3	19,7
ИТОГО	700	102,6		576,1	25,9	24,5	63,3

обед
10.12.2022г
суббота

помидор в нарезке	100	10,0	54-3а	21,4	1,1	0,2	3,8
суп картофельный с клёцками	250	14	54-6с	117	5,8	4,1	14,2
рагу из птицы	200	27,1	54-22м	271,7	26,2	8,8	21,9
кисель из вишни	200	17,34	54-22хн	52,9	0,2	0	12,9
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	880	76,7		735,9	42,7	14,3	108,9
итого в среднем	1590,83	176,00	0,00	1444,77	58,87	49,43	191,32

завхоз школы:



Антипенюк Л.И.