

Утверждаю:

Директор МБОУ

Вознесенской СОШ

Л. Чекмарёва

Б.В. Капли



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Вознесенская средняя общеобразовательная школа имени Л.Чекмарёва.

МЕНЮ

Школьной столовой

(для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов от 7 до 11 лет)

На период с "06" марта по "10" марта 2023г

Наименование блюда	Масса порции, г	Цена руб.коп	номер рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность вещества, г		
				белки	жиры	углеводы	
завтра 06.03.2023г							

понедельник							
сыр твёрдых сортов в нарезке	30	15,6	54-13	107,5	7	8,9	0
масло сливочное (порциями)	10	7,2	53-19	66,1	0,1	7,3	0,1
суп молочный с макаронами изделиями	250	15,41	54-19к	167,8	6,9	5,7	22,3
какао смолоком	200	16	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	56,81		582,4	23,3	25,9	64,4

обед

06.03.2023г

понедельник							
салат из белокачанной капусты с помид	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	0	973,7	36	49,4	96,2
--------------	-----	--------	---	-------	----	------	------

Завтрак
07.03.2023г

сыр твёрдых сортов	20	10,4	54-13	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная пшеничная	200	17,37	54-24к	274,9	8,3	10,1	37,6
кофейный напиток с молоком	200	14,34	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	50,37	0	705,5	26,2	20,1	104,9

Обед

борщи с фасолью	250	18,12	54-19с	134,4	3,9	6,4	15,4
картофельное пюре	200	15	54-11Г	185,8	4,1	7,1	26,4
рыба тушеная в томате с овощами	100	32,54	54-10р	191,9	16,3	11,3	6,3
компот из свежих яблок	200	9,27	54-32кн	41,6	0,2	0,1	9,9
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
икра из баклажанов.Консервы	60	9,6	пром	88,1	1	8	3,1
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	910	91,23	0	844,4	32,6	33,9	102,4

Завтрак

сыр твердых сортов в нарезке	30	15,6	54/1312	107,5	7	8,9	0
масло сливочное (порциями)	10	7,2	53-1934	66,1	0,1	7,3	0,1
каша жидкая молочная гречневая	200	15,15	54-20к131	187,3	7,1	5,8	26,7
чай с сахаром	200	1,3	54-2ГН	21,4	0,2	0	5,2
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
яблоко	200	26	пром	88,8	0,8	0,8	19,6
ИТОГО	670	66,81		541,4	17,5	23	66,4

Обед

09.03.2023г							

четверг

салат из свежих помидор и огурцов	60	12,83	14-5В	37,5	0,6	3,1	1,8
суп крестьянский с крупой	200	6,48	54-10С	115,6	5,1	5,8	10,8
макароны отварные	200	11,75	54-1г	262,4	7,1	6,6	43,7
котлета домашняя	75	29,75	п/ф	148,7	11	8,7	6,6
соус белый основной	25	3,11	54-2соус	15,6	0,7	0,9	1,1
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
комплот из брусками	200	15,08	54-11ГН	32,7	0,1	0,1	7,8
ИТОГО	860	85,7		815,1	31,7	26,2	113,1

завтрак 10.03.2023г

			пятница				
сыр твердых сортов в нарезке	30	15,6	54/13	107,5	7	8,9	0
омлет на гуарильный	150	17	54-13	225,5	12,7	18	3,2
какао с молоком	200	16	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	200	31	пром	75,6	1,8	0,4	16,2
ИТОГО	610	81,16		579,3	28,5	31	46,7
			обед				

10.03.2023г

			пятница				
салат из моркови и чернослив	80	8,47	54-93	75,6	1,2	0,2	17,2
суп гороховый	250	12,34	54-17	138,7	8,2	3,5	18,7
плов из отварной говядины	200	39	54-11Г	348,2	15,3	14,7	38,6
чай с лимоном и сахаром	200	5,78	54-4ГН	27,9	0,2	0,1	6,6
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	830	72,29		793	32	19,5	122,4
Всего в среднем	1475,00	155,90	0,00	1458,70	56,95	57,25	179,13

Завхоз школы : *Антипёнок Л.И.*