



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

Школьной столовой

(для детей льготной категории)

На период с "06" марта по "11" марта 2023г

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Цена блюда руб, коп	Энергетическая ценность		Белки г	Жиры г	Углеводы г
				ккал	г			
Завтрак								
06.03.2023г								
Понедельник								
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	220	22,80	389,5	13,7	10,6		59,9
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	21,72	8	6,5	4,7		109,1
54-3соус	Соус красный основной	25	3,54	0,8	0,6	2,2		17,7
54-2хн	Компот из кураги	200	13,57	1	0,1	15,6		66,9
Пром.	Хлеб пшеничный	40	4,1	1,5	0,2	9,8		46,9
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,28	2,2	0,4	11,4		58,1
	Итого за Завтрак	600	69,01	403	21,5	54,3		358,6
Завтрак								
07.03.2023г								
вторник								
54-27с	Суп с рыбными консервами (сайра)	250	32,42	7,4	8,4	15,7		168,3
54-22гн	Какао с молоком стуженным	200	17,69	3,5	3,4	22,3		133,4

Пром.	Булочка с повидлом	50	15	4	7	28	191
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	1,5	0,2	9,8	46,9
	Итого за Завтрак	550	69,21	16,4	19	75,8	539,6

Завтрак

09.03.2023г

четверг

54-6г	Рис отварной	200	23,24	271,4	6,4	48,6	203,5
П/Ф	Котлеты Куриные	85	25,5	10,8	8,5	7,1	148,5
54-2соус	Соус белый основной	40	4,97	25	1,1	1,5	1,7
54-9хн	Компот из облепихи	200	3,96	0,2	1	7,4	39
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	3,8	0,4	24,6	117,2
	Итого за Завтрак	575	61,77	311,2	17,4	89,2	509,9

Завтрак

10.03.2023г

пятница

54-1г	Макароны отварные	200	17,42	5,3	4,9	32,8	196,8
П/Ф	Котлеты Домашние	75	32,03	9,7	7,7	5,9	131,2
54-1соус	Соус сметанный	25	3,59	0,4	2,1	0,8	23,3
54-11хн	Компот из брусники	200	15,08	0,1	0,1	7,8	32,7
Пром.	Яблоко	150	19,5	0,6	0,6	14,7	66,6
Пром.	Хлеб пшеничный	25	2,05	1,9	0,2	12,3	58,6
	Итого за Завтрак	675	89,67	18	15,6	74,3	509,2

Завтрак

11.03.2023г

суббота

54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	18	7	8,9	0	107,5
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	13,17	5,3	5,7	25,3	174,2
Пром.	Хлеб пшеничный	20	4,1	1,5	0,2	9,8	46,9
Пром.	Сок абрикосовый	200	12	1	0	25,4	105,6
Пром.	Банан	180	30	2,7	0,9	37,8	170,1
	Итого за Завтрак	630	77,27	17,5	15,7	98,3	604,3
	ИТОГО В СРЕДНЕМ	606,00	73,39	153,22	17,84	78,38	504,32

Составил зав.столовой

 Антипёнок Р.Ю.