



Утверждаю:  
Директор МБОУ  
Вознесенской СОШ  
имени Л.Чекмарёва  
В.В. Капля

" 09" ноября 2022г

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

МЕНЮ

Школьной столовой

( для детей льготной категории)

На период с "09" ноября по "12" ноября 2022г

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Цена блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 09.11.2022г							
Вторник							
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	6,19	62,4	1	5,1	3,1
54-11м	Плов из отварной говядины	250	74,33	435,3	19,1	18,4	48,2
54-2гн	Чай с сахаром	200	1,22	26,8	0,2	0	6,4
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,46	34,2	1,3	0,2	6,7
Пром.	Хлеб пшеничный	40	2,08	58,6	1,9	0,2	12,3
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>620</b>	<b>86,28</b>	<b>617,3</b>	<b>23,5</b>	<b>23,9</b>	<b>76,7</b>
Завтрак 10.11.2022г							
Четверг							
54-11г	Картофельное пюре	200	18,61	185,8	4,1	7,1	26,4
54-3м	Голубцы ленивые	110	31,24	109,1	7,2	6,5	5,5
54-21гн	Какао с молоком	200	14,85	100,4	4,7	3,5	12,5
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,10	3,3	0,6	16,7	13,5
Пром.	Хлеб пшеничный	50	2,60	117,2	3,8	0,4	24,6
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>610</b>	<b>71,4</b>	<b>515,8</b>	<b>20,4</b>	<b>34,2</b>	<b>82,5</b>

Завтрак  
11.11.2022г  
Четверг

54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	250	24,49	389,5	13,7	10,6	59,9
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	22,23	109,1	8	6,5	4,7
54-3соус	Соус красный основной	40	6,78	28,2	1,3	1	3,6
54-2хн	Компот из кураги	200	11,42	66,9	1	0,1	15,6
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,04	46,9	1,5	0,2	9,8
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,46	51,2	2	0,4	10
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>605</b>	<b>68,42</b>	<b>691,8</b>	<b>27,5</b>	<b>18,8</b>	<b>103,6</b>

Завтрак  
12.11.2022г  
Понедельник

54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	19,83	107,5	7	8,9	0
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	11,86	174,2	5,3	5,7	25,3
Пром.	хлеб пшеничный йодированный	30	3,12	70,3	2,3	0,2	14,8
Пром.	Сок абрикосовый	200	13,2	105,6	1	0	25,4
Пром.	Мандарин	100	17	35	0,8	0,2	7,5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>560</b>	<b>65,01</b>	<b>492,6</b>	<b>16,4</b>	<b>15</b>	<b>73</b>
	<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ</b>	<b>598,75</b>	<b>72,78</b>	<b>579,38</b>	<b>21,95</b>	<b>22,98</b>	<b>83,95</b>

Составил зав.столовой:



Антипёнок Р.Ю