



Утверждаю:

Директор МБОУ

Вознесенской СОШ

имени Л.Чекмарёва

В.В. Капля

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

**МЕНЮ**

Школьной столовой

(для детей льготной категории)

На период с "10" апреля по "15" апреля 2023г

| Название блюда | Масса<br>г | Цена блюда<br>руб, коп | Энергетическая<br>ценность<br>ккал | Белки<br>г | Жиры<br>г | Углеводы<br>г |
|----------------|------------|------------------------|------------------------------------|------------|-----------|---------------|
|----------------|------------|------------------------|------------------------------------|------------|-----------|---------------|

Завтрак

10.04.2023г

Понедельник

|                            |            |              |             |             |             |              |
|----------------------------|------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| Каша гречневая рассыпчатая | 220        | 23,06        | 9,9         | 7,6         | 43,1        | 280,4        |
| Тефтели "Натуральные"      | 65         | 24,57        | 8           | 6,5         | 4,7         | 109,1        |
| Соус красный основной      | 25         | 3,57         | 0,8         | 0,6         | 2,2         | 17,7         |
| Компот из кураги           | 200        | 12,93        | 1           | 0,1         | 15,6        | 66,9         |
| Хлеб пшеничный             | 50         | 4,1          | 1,5         | 0,2         | 9,8         | 46,9         |
| Хлеб ржаной                | 40         | 3,28         | 2,2         | 0,4         | 11,4        | 58,1         |
| <b>Итого за Завтрак</b>    | <b>600</b> | <b>71,51</b> | <b>23,4</b> | <b>15,4</b> | <b>86,8</b> | <b>579,1</b> |

Завтрак

11.04.2023г

вторник

|                                  |     |       |     |     |      |       |
|----------------------------------|-----|-------|-----|-----|------|-------|
| Суп с рыбными консервами (сайра) | 250 | 37,24 | 7,4 | 8,4 | 15,7 | 168,3 |
| Какао с молоком сгущенным        | 200 | 17,12 | 3,5 | 3,4 | 22,3 | 133,4 |
| Булочка с повидлом               | 50  | 15    | 4   | 7   | 28   | 191   |

|                         |            |              |             |             |             |              |
|-------------------------|------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| Хлеб пшеничный          | 50         | 4,1          | 1,5         | 0,2         | 9,8         | 46,9         |
| Хлеб ржаной             | 50         | 4,1          | 1,5         | 0,2         | 9,8         | 46,9         |
| <b>Итого за Завтрак</b> | <b>600</b> | <b>77,56</b> | <b>17,9</b> | <b>19,2</b> | <b>85,6</b> | <b>586,5</b> |

Завтрак  
12.04.2023г

среда

|                         |            |              |             |             |           |              |
|-------------------------|------------|--------------|-------------|-------------|-----------|--------------|
| Рис отварной            | 200        | 21,5         | 3,6         | 4,8         | 36,4      | 203,5        |
| Котлеты Куриные         | 85         | 18,62        | 10,8        | 8,5         | 7,1       | 148,5        |
| Соус белый основной     | 40         | 5,16         | 0,7         | 0,9         | 1,1       | 15,6         |
| Компот из облепихи      | 200        | 3,94         | 0,2         | 1           | 7,4       | 39           |
| Хлеб пшеничный          | 50         | 4,1          | 3,8         | 0,4         | 24,6      | 117,2        |
| Хлеб ржаной             | 25         | 2,05         | 1,7         | 0,3         | 8,4       | 42,7         |
| <b>Итого за Завтрак</b> | <b>600</b> | <b>55,37</b> | <b>20,8</b> | <b>15,9</b> | <b>85</b> | <b>566,5</b> |

Завтрак  
13.04.2023г

четверг

|                         |            |               |             |             |             |              |
|-------------------------|------------|---------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| Жаркое по-домашнему     | 200        | 79,8          | 20,1        | 18,8        | 17,2        | 317,9        |
| Чай с молоком и сахаром | 200        | 6,54          | 1,6         | 1,1         | 8,6         | 50,9         |
| Хлеб пшеничный          | 50         | 4,1           | 1,5         | 0,2         | 9,8         | 46,9         |
| Хлеб ржаной             | 50         | 4,1           | 1,3         | 0,2         | 6,7         | 34,2         |
| Мандарин                | 100        | 21,6          | 0,8         | 0,2         | 7,5         | 35           |
| <b>Итого за Завтрак</b> | <b>600</b> | <b>116,14</b> | <b>25,3</b> | <b>20,5</b> | <b>49,8</b> | <b>484,9</b> |

Завтрак  
14.04.2023г

пятница

|                               |            |              |             |             |             |              |
|-------------------------------|------------|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| Картофельное пюре             | 200        | 17,63        | 4,1         | 7,1         | 26,4        | 185,8        |
| Капуста тушеная с мясом птицы | 150        | 17,91        | 8,4         | 4,1         | 5,2         | 91,5         |
| Напиток из шиповника          | 200        | 11,57        | 0,6         | 0,2         | 15,1        | 65,4         |
| Хлеб ржаной                   | 34         | 2,79         | 2,2         | 0,4         | 11,4        | 58,1         |
| Хлеб пшеничный                | 40         | 3,28         | 3           | 0,3         | 19,7        | 93,8         |
| <b>Итого за Завтрак</b>       | <b>624</b> | <b>53,18</b> | <b>18,3</b> | <b>12,1</b> | <b>77,8</b> | <b>494,6</b> |

Завтрак  
15.04.2023г

суббота

|                              |            |              |              |              |              |               |
|------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Сыр твердых сортов в нарезке | 30         | 15,6         | 7            | 8,9          | 0            | 107,5         |
| Каша вязкая молочная пшенная | 200        | 12,77        | 6,1          | 6,9          | 29           | 202,7         |
| Компот из смеси сухофруктов  | 200        | 9,07         | 0,5          | 0            | 19,8         | 81            |
| Хлеб пшеничный               | 70         | 5,74         | 5,3          | 0,6          | 34,4         | 164,1         |
| Мандарин                     | 100        | 21,6         | 0,8          | 0,2          | 7,5          | 35            |
| <b>Итого за Завтрак</b>      | <b>600</b> | <b>64,78</b> | <b>19,7</b>  | <b>16,6</b>  | <b>90,7</b>  | <b>590,3</b>  |
| <b>ИТОГО В СРЕДНЕМ</b>       | <b>604</b> | <b>73,09</b> | <b>20,90</b> | <b>16,62</b> | <b>79,28</b> | <b>550,32</b> |

Составил зав.столовой:



Антипёнок Р.Ю