

Утверждаю:

Директор МБОУ

Вознесенской СОШ

Ивановича И.И.

В.В. Капля

" 19" сентября 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 "19" сентября по "21" сентября 2022г

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

завтрак

19.09.2022г

понедельник

сыр твердых сортов в нарезке	30	19,83	54/13	107,5	7	8,9	0
каша вязкая молочная кукурузная	200	18,11	54/2к	287,8	7,26	9,18	44,04
яйцо варёное	40	6,4	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	150	12,9	пром	141,8	2,3	0,8	31,5
ИТОГО	640	59,58		662	22,96	23,08	90,84

обед

19.09.2022г

понедельник

салат из белокачанной капусты с помидорами и огурцом	100	7,64	54-6з	122,6	2,26	11,02	3,59
суп макаронными изделиями и картофелем	250	12,13	54-24с	126,1	6	2,7	19,4

рис с овощами	200	20,32	54-26г	223,7	4,3	7,6	34,7
рыба, запечённая с сыром и луком	100	42,16	54-12р	175,2	16,1	11	2,9
компот из кураги	200	11,44	54-2хн	66,9	1	0,1	15,6
хлеб ржаной	20	1,64	пром	34,2	1,3	0,2	6,7
хлеб пшеничный	40	2,08	пром	93,8	3	0,3	19,7
ИТОГО	910	97,41		842,5	33,96	32,92	102,59

Завтрак

20.09.2022г

вторник

масло сливочное порциями	20	16,06	53-19а	132,2	0,2	14,5	0,3
сыр твёрдых сортов в нарезке	30	19,83	54-1з	287,8	7	8,9	0
каша вязкая молочная манная	200	12,67	54-27к	174,2	5,3	5,7	25,3
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
чай с яблоком и сахаром	200	3,11	54-46гн	31,7	0,2	0,1	7,5
апельсин	250	33	пром	75,6	1,8	0,4	16,2
ИТОГО	680	86,23		771,8	16,8	29,8	64,1

Обед

20.09.2022г

вторник

салат из белокочанной капусты с морковью и яблоком	100	8,24	54-9з	120,9	1,4	10,1	6
суп из овощей	250	15,02	54-17с	89,1	1,75	4,64	10,1
картофельное пюре	200	18,61	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
капуста тушёная с мясом птицы	100	20,21	54-27м	91,5	8,4	4,1	5,2
сок абрикосовый	200	13,2	пром	105,6	1	0	25,4
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	930	80,34		761,3	22,45	26,74	107,7

Завтрак

21.09.2022г

среда

сыр твёрдых сортов в нарезке	30	19,83	54-1з	287,8	7	8,9	0
каша жидкая молочная рисовая	200	14,47	54-25.1к	184,5	5,28	5,42	28,66

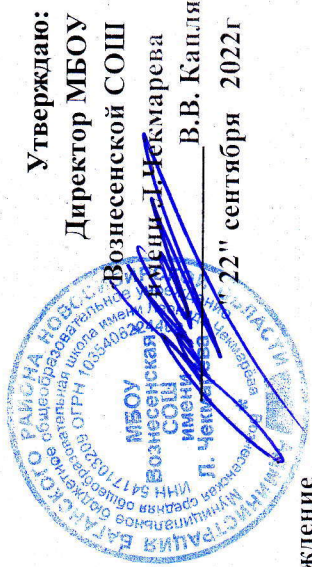
какао с молоком	200	14,86	54-2 гн	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб ржаной	20	1,64	пром	34,2	1,3	0,2	6,7
йогурт	100	50	пром	62	4,5	2	6,5
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	600	103,4		786,1	26,58	20,42	78,96

Обед
21.09.2022г

огурец в нарезке	100	5	54/2з	11,3	0,6	0,1	2
суп из овощей с фрикадельками мясными	250	28	54-5с	144,9	8,6	6,1	13,9
каша гречневая рассыпчатая	200	19,74	54-4г	311,6	10,97	8,45	47,91
тефтели "натуральные" мясные	75	25,65	п/ф	109,1	8	6,5	4,7
соус красный основной	30	7,81	54-3соус	21,2	1	0,7	2,7
хлеб ржаном	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
компот из сухофруктов	200	7	54-1хн	81	0,5	0	19,8
ИТОГО	955	99,9		881,7	36,77	22,85	132,31
всего в среднем	1571,67	175,62	0,00	1568,47	53,17	51,94	192,17

завхоз школы:

Антипенко Л.И.



Утверждаю:
 Директор МБОУ
 Вознесенской СОШ
 имени Л.Чекмарёва
 В.В. Капля
 22" сентября 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 "22" сентября по "24" сентября 2022г

Наименование блюда	Масса порции, г	номер рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность вещества, г		
				белки	жиры	углеводы

завтрак
 22.09.2022г
 четверг

сыр твердых сортов в нарезке	30	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет с зелёным горошком	200	54/2к	204,7	12,9	14,2	6,4
чай с лимоном и сахаром	200	54-3гн	27,9	0,2	0,1	6,6
хлеб ржаной	30	пром	51,2	2	0,4	10
груша	200	пром	91	0,8	0,6	20,6
хлеб пшеничный	40	пром	93,8	3	0,3	19,7
ИТОГО	700		576,1	25,9	24,5	63,3

обед
 22.09.2022г
 четверг

помидор в нарезке	100	54-3а	21,4	1,1	0,2	3,8
суп картофельный с клёцками	250	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	71,7		735,9	42,7	14,3	108,9

Завтрак

23.09.2022г

пятница

сыр твёрдых сортов в нарезке	30	19,83	54-1з	107,5	7	8,9	0
каша жидкая молочная гречневая	200	12	54-20к	187,3	7,1	5,8	26,7
какао с молоком сгущённой	200	14,72	54-22гн	133,4	3,5	3,4	22,3
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
мандарин	150	25,5	пром	35	0,8	0,2	7,5
ИТОГО	630	74,65		580,4	22,2	18,7	81,1

Обед

23.09.2022г

пятница

винегрет с растительным маслом	100	8,5	54-16а	111,9	1,2	8,9	6,7
суп рыбными консервами	250	31	54-12с	144,6	9,9	4,8	15,5
картофельное пюре	200	18,5	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
печень говяжья	100	22,78	54-18м	236,5	16,7	15,9	6,7
сок яблочный	200	13,2	пром	86,6	1	0,2	20,2
хлеб пшеничный	40	2,08	пром	93,8	3	0,3	19,7
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
ИТОГО	940	100,16		944,6	39,2	37,8	111,9

Завтрак

24.09.2022г

суббота

путинг из творога с яблоками	200	60,33	54-4т	333,9	30,5	14,4	20,5
чай с молоком и сахаром	200	4,42	54-4гн	50,9	1,6	1,1	8,6
хлеб пшеничный	40	2,08	пром	93,8	3	0,3	19,7
яблоко	200	27,6	пром	88,8	0,8	0,8	19,6

ИТОГО	640	94,43	567,4	35,9	16,6	68,4
Обед 24.09.2022г суббота						
салат из моркови с яблоком	100	9,77	54/2з	0,6	0,1	2
свекольник со сметаной	250	23,13	54-18с	2,2	5,3	13,4
каша перловая рассыпчатая	200	12,13	54-5г	5,9	7	40,7
котлеты куриные	85	17	п/ф	10,8	8,5	7,1
соус красный основной	25	7,81	54-3соус	0,8	0,6	2,2
хлеб ржаном	30	2,46	пром	2	0,4	10
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	3,8	0,4	24,6
компот из сухофруктов	200	7	54-1хн	0,5	0	19,8
ИТОГО	940	81,9	786,8	26,6	22,3	119,8
всего в среднем	1576,67	174,88	1397,07	64,17	44,73	184,47

завхоз школы:

 Антипенюк Л.И.