



Утверждаю:  
 Директор МБОУ  
 Вознесенской СОШ  
 имени Д.Чекмарева  
 В.В. Капля  
 "09" ноября 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 "09" ноября по "12" ноября 2022г

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

завтрак  
 09.11.2022г

среда

сыр твердых сортов в нарезке	30	19,83	54/1з	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
<b>ИТОГО</b>	<b>640</b>	<b>59,58</b>		<b>662</b>	<b>22,96</b>	<b>23,08</b>	<b>90,84</b>

обед

09.11.2022г

среда

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
<b>ИТОГО</b>	<b>910</b>	<b>97,41</b>		<b>842,5</b>	<b>33,96</b>	<b>32,92</b>	<b>102,59</b>

**Завтрак  
10.11.2022г  
четверг**

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
<b>ИТОГО</b>	<b>680</b>	<b>86,23</b>		<b>771,8</b>	<b>16,8</b>	<b>29,8</b>	<b>64,1</b>

**Обед  
10.11.2022г  
четверг**

салат из белокачанной 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
<b>ИТОГО</b>	<b>930</b>	<b>80,34</b>		<b>761,3</b>	<b>22,45</b>	<b>26,74</b>	<b>107,7</b>

**Завтрак  
11.11.2022г  
пятница**

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	54-21гн	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
<b>ИТОГО</b>	<b>600</b>	<b>103,4</b>		<b>786,1</b>	<b>26,58</b>	<b>20,42</b>	<b>78,96</b>

**Обед  
11.11.2022г**

**пятница**

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
<b>ИТОГО</b>	<b>955</b>	<b>99,9</b>		<b>881,7</b>	<b>36,77</b>	<b>22,85</b>	<b>132,31</b>

**завтрак  
12.11.2022г**

**суббота**

сыр твердых сортов в нарезке	30	20,62	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет с зелёным горошком	200	33,48	54/2к	204,7	12,9	14,2	6,4
чай с лимоном и сахаром	200	2,6	54-3гн	27,9	0,2	0,1	6,6
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
груша	200	39,2	пром	91	0,8	0,6	20,6
хлеб пшеничный	40	2,08	пром	93,8	3	0,3	19,7
<b>ИТОГО</b>	<b>700</b>	<b>100,44</b>		<b>576,1</b>	<b>25,9</b>	<b>24,5</b>	

**обед  
12.11.2022г**

**суббота**

помидор в нарезке	100	10,0	54-3а	21,4	1,1	0,2	3,8
суп картофельный с клецками	250	14	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
<b>ИТОГО</b>	<b>880</b>	<b>76,7</b>		<b>735,9</b>	<b>42,7</b>	<b>14,3</b>	<b>108,9</b>
<b>всего в среднем</b>	<b>1573,75</b>	<b>176,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1504,35</b>	<b>57,03</b>	<b>48,65</b>	<b>171,35</b>

завхоз школы:

 Антипенюк Л.И.