



Утверждаю:  
 Директор МБОУ  
 Вознесенской СОШ  
 имени Л.Чекмарёва  
 В.В. Капля  
 03 октября 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 7 до 11 лет)  
 На период с "03" октября по "08" октября 2022г

Наименование блюда	Масса порции, г	цена блюдо (руб. коп)	номер рецептуры	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность вещества, г	
					белки	жиры углеводы
сыр твердых сортов в нарезке	30	20,62	54/13	107,5	7	8,9 0
масло сливочное (порциями)	10	8,03	53-19	66,1	0,1	7,3 0,1
каша жидкая молочная гречневая	200	15,82	54-20к	187,3	7,1	5,8 26,7
чай с сахаром	200	1,3	54-2гн	26,8	0,2	0 6,4
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4 24,6
яблоко	200	27,6	пром	88,8	0,8	0,8 19,6
<b>ИТОГО</b>	<b>690</b>	<b>75,97</b>		<b>593,7</b>	<b>19</b>	<b>23,2 77,4</b>

завтрак  
 03.10.2022г  
 понедельник

салат из свежих помидор и огурцов	60	4,9	54-53	37,5	0,6	3,1 1,8
<b>ИТОГО</b>				<b>37,5</b>	<b>0,6</b>	<b>3,1 1,8</b>

обед  
 03.10.2022г  
 понедельник

суп крестьянский с крупой	200	6,38	54-10с	115,6	5,1	5,8	10,8
макаронны отварные	200	18,58	54-1г	262,4	7,1	6,6	43,7
котлета домашняя	75	15	п/ф	131,2	9,7	7,7	5,9
соус белый основной	25	3,59	54-2соус	15,6	0,7	0,9	1,1
хлеб ржаной	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 брусники	200	17,97	54-11гн	32,7	0,1	0,1	7,8
<b>ИТОГО</b>	<b>955</b>	<b>73,12</b>		<b>797,6</b>	<b>30,4</b>	<b>25,2</b>	<b>112,4</b>

**Завтрак**

**04.10.2022г**

**вторник**

сыр твердых сортов в нарезке	30	20,62	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет натуральный	150	29,22	54-1з	225,5	12,7	18	3,2
какао с молоком	200	16,22	54-21гн	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
апельсин	200	26,4	пром	75,6	1,8	0,4	16,2
<b>ИТОГО</b>	<b>610</b>	<b>94,02</b>		<b>579,3</b>	<b>28,5</b>	<b>31</b>	<b>46,7</b>

**Обед**

**04.10.2022г**

**вторник**

салат из моркови и чернослив	80	8,93	54-9з	75,6	1,2	0,2	17,2
суп гороховый	250	13,57	54-17	138,7	8,2	3,5	18,7
плов из отварной говядины	200	49,5	54-11г	348,2	15,3	14,7	38,6
чай с лимоном и сахаром	200	6,09	54-4гн	27,9	0,2	0,1	6,6
хлеб ржаной	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
<b>ИТОГО</b>	<b>830</b>	<b>84,79</b>		<b>793</b>	<b>32</b>	<b>19,5</b>	<b>122,4</b>

**Завтрак**

**05.10.2022г**

**среда**

масло сливочное (порциями)	10	8,03	53-19	66,1	0,1	7,3	0,1
каша жидкая молочная пшеничная	200	13,69	54-24к	208,3	6,9	5,8	32,1

кофейный напиток с молоком	200	15,55	54-23гн	86	3,9	2,9	11,2
хлеб ржаной	20	1,64	пром	34,2	1,3	0,2	6,7
повидло абрикосовое	20	3,86	пром	51,4	0,1	0	12,8
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
мандарин	120	20,4	пром	42	1	0,2	9
<b>ИТОГО</b>	<b>610</b>	<b>64,73</b>		<b>558,3</b>	<b>15,6</b>	<b>16,6</b>	<b>86,7</b>

Обед

05.10.2022г

среда

салат с капусты с овощами	60	4,52	54-10в	50	1,7	4	1,7
суп фасолевый	250	15,69	54-9с	157,4	8,5	5,7	18
жаркое по домашнему	200	55,6	54-9м	317,9	20,1	18,8	17,2
чай с молоком и сахаром	200	6,98	54-4гн	50,9	1,6	1,1	8,6
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
<b>ИТОГО</b>	<b>810</b>	<b>89,49</b>		<b>778,8</b>	<b>39</b>	<b>30,6</b>	<b>86,8</b>

завтрак

06.10.2022г

четверг

сыр твердых сортов в нарезке	30	20,62	54/1з	107,5	7	8,9	0
каша вязкая молочная кукурузная	150	14,42	54/2к	215,8	5,4	6,9	33
яйцо варёное	40	7	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>590</b>	<b>57,28</b>		<b>590</b>	<b>21,1</b>	<b>20,8</b>	<b>79,8</b>

обед

06.10.2022г

четверг

салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцом	80	6,07	54-6з	98	1,8	8,8	2,9
суп макаронными изделиями и картофелем	250	6,93	54-24с	126,1	6	2,7	19,4
рис с овощами	200	20,16	54-26г	223,7	4,3	7,6	34,7

рыба, запечённая с сыром и луком	100	32,4	54-12р	175,2	16,1	11	2,9
компот из кураги	200	14,87	54-2хн	66,9	1	0,1	15,6
хлеб ржаной	40	3,28	пром	68,3	2,6	0,5	13,4
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
<b>ИТОГО</b>	<b>900</b>	<b>85,27</b>		<b>828,5</b>	<b>34,1</b>	<b>30,9</b>	<b>103,7</b>

**Завтрак**  
**07.10.2022г**

пятница							
масло сливочное порциями	10	8,03	53-19а	132,2	0,2	14,5	0,3
сыр твёрдых сортов в нарезке	30	20,62	54-1з	107,5	7	8,9	0
каша вязкая молочная манная	200	13,84	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	6,25	54-46гн	31,7	0,2	0,1	7,5
апельсин	200	26,4	пром	75,6	1,8	0,4	16,2
<b>ИТОГО</b>	<b>670</b>	<b>76,7</b>		<b>591,5</b>	<b>16,8</b>	<b>29,8</b>	<b>64,1</b>

**Обед**  
**07.10.2022г**

пятница							
салат из белокочанной капусты с морковью и яблоком	100	8,31	54-9з	120,9	1,4	10,1	6
суп из овощей	250	15,86	54-26с	89	1,8	4,6	10,1
картофельное пюре	200	18,48	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
капуста тушёная с мясом птицы	100	17,15	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>78,06</b>		<b>761,2</b>	<b>22,5</b>	<b>26,7</b>	<b>107,7</b>
<b>итого в среднем</b>	<b>1519,00</b>	<b>155,89</b>	<b>0,00</b>	<b>1374,38</b>	<b>51,80</b>	<b>50,86</b>	<b>177,54</b>

завхоз школы:

Антипенюк Л.И.

