



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 катерии ОВЗ от 12-18 лет)

На период с "11" марта по "16" марта 2024г

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Цена блюда руб, коп	Энергетич ккал	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	----------------	------------	------------------------	-------------------	------------	-----------	---------------

ЗАВТРАК

11.03.2024

понедельник

54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	9	107,5	7	8,9	0
54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	250	17,72	259,8	7,4	7,3	41,2
54-45гн	Чай с сахаром	200	4,26	21,4	0,1	0	5,2
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,28	85,4	3,3	0,6	16,7
Пром.	Хлеб пшеничный	40	4,1	93,8	3	0,3	19,7
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	555	38,36	567,9	20,8	17,1	82,8

ОБЕД

54-17з	Салат из моркови и чернослива	80	14,26	75,7	1,2	0,2	17,2
54-25с	Суп гороховый	250	13,39	138,7	8,2	3,5	18,7
54-11м	Плов из отварной говядины	200	48,3	348,2	15,3	14,7	38,6
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	10,51	81	0,5	0	19,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Яблоко	150	24	66,6	0,6	0,6	14,7
	ИТОГО ЗА ОБЕД	930	114,56	827,4	29,6	19,4	133,6
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1485	152,92	1395,3	50,4	36,5	216,4

ЗАВТРАК

12.03.2024

вторник

53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	8,5	66,1	0,1	7,3	0,1
54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	250	19,93	230,7	6,6	6,8	35,8
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	6,33	27,9	0,2	0,1	6,6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Хлеб ржаной	60	4,92	102,5	4	0,7	20
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	570	43,78	544,4	14,7	15,3	87,1

ОБЕД

54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	18,02	37,5	0,6	3,1	1,8
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	14,62	138	5,9	7,1	12,7
П/Ф	Пельмени	200	54,2	392,9	18,6	24,5	24,6
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	21,22	133,4	3,5	3,4	22,3
Пром.	Апельсин	150	25	56,7	1,4	0,3	12,2
Пром.	Хлеб ржаной	60	4,92	102,5	4	0,7	20
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,46	70,3	2,3	0,2	14,8
	ИТОГО ЗА ОБЕД	950	140,44	931,3	36,3	39,3	108,4
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1520	184,22	1475,7	51	54,6	195,5

ЗАВТРАК

13.03.2024

среда

54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	250	14,75	167,8	6,9	5,7	22,3
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	12,33	86	3,9	2,9	11,2
Пром.	Повидло абрикосовое	30	4,92	77,2	0,1	0	19,2
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,98	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Хлеб ржаной	60	4,1	102,5	4	0,7	20
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	590	41,08	550,7	18,7	9,7	97,3

ОБЕД

54-11з	Салат из моркови и яблок	60	6,84	74,3	0,5	6,1	4,3
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	40,44	181,1	10,8	7,6	17,4
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	12,98	233,7	8,2	6,3	35,9
П/Ф	Котлеты Домашние	85	27,29	148,7	11	8,7	6,6

54-3соус	Соус красный основной	40	6,73	28,2	1,3	1	3,6
54-2гн	Чай с сахаром	200	4,67	26,8	0,2	0	6,4
Пром.	Хлеб пшеничный	60	4,1	140,6	4,6	0,5	29,5
Пром.	Йогурт 3.2%	100	28	62,8	5	3,2	3,5
	ИТОГО ЗА ОБЕД	945	131,05	896,2	41,6	33,4	107,2
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1535	172,13	1446,9	60,3	43,1	204,5

ЗАВТРАК

14.03.2024

четверг

54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	9	107,5	7	8,9	0
54-27к	Каша жидкая молочная манная	250	17,25	217,8	6,7	7,2	31,6
54-21гн	Какао с молоком	200	16,36	100,4	4,7	3,5	12,5
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	565	50,81	628,3	25,5	20,6	85,4

ОБЕД

54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	4,56	81,5	1	6,1	5,8
54-6с	Суп картофельный с клецками	250	7,7	117	5,8	4,1	14,2
54-21г	Горошница	150	7,88	204,8	14,5	1,3	33,8
П/Ф	Котлеты Куриные	85	14,45	148,5	10,8	8,5	7,1
54-1соус	Соус сметанный	40	5,68	37,2	0,6	3,3	1,3
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Сок абрикосовый	200	15,4	105,6	1	0	25,4
Пром.	Мармелад фруктово-ягодный формовой	30	11,1	103,7	0,5	2,8	19,3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	865	70,87	915,5	38	26,5	131,5
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1430	121,68	1543,8	63,5	47,1	216,9

ЗАВТРАК

15.03.,2024

пятница

53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	8,5	66,1	0,1	7,3	0,1
54-1о	Омлет натуральный	220	69,4	330,7	18,6	26,4	4,8

54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	6,58	31,7	0,2	0,1	7,5
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Хлеб ржаной	70	5,74	119,6	4,6	0,8	23,4
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	94,32	665,3	27,3	35	60,4

ОБЕД

54-2з	Огурец в нарезке	60	24,75	8,5	0,5	0,1	1,5
54-7с	Суп картофельный с макаронными издели	250	9,64	149,5	6,5	3,5	23,1
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	200	14,49	249,5	5,9	7	40,7
54-2м	Гуляш из говядины	100	48,6	232,1	17	16,5	3,9
54-7хн	Компот из смородины	200	18,37	35,5	0,3	0,1	8,4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Мандарин	100	24	35	0,8	0,2	7,5
	ИТОГО ЗА ОБЕД	960	143,95	827,3	34,8	27,8	109,7
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1510	238,27	1492,6	62,1	62,8	170,1

ЗАВТРАК

16.03.2024

суббота

54-6т	Сырники	200	62,8	391,5	39,3	11,5	32,8
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	6,67	50,9	1,6	1,1	8,6
Пром.	Груша	150	28	68,3	0,6	0,5	15,5
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	40	13,04	130,9	2,9	3,4	22,2
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	590	110,51	641,6	44,4	16,5	79,1

ОБЕД

54-3з	Помидор в нарезке	60	18	12,8	0,7	0,1	2,3
54-27с	Суп с рыбными консервами (сайра)	250	41,36	168,3	7,4	8,4	15,7
54-11г	Картофельное пюре	150	16,29	139,4	3,1	5,3	19,8
54-3м	Голубцы ленивые	85	33,86	109,1	7,2	6,5	5,5
54-2соус	Соус белый основной	40	5,44	25	1,1	1,5	1,7
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	6,33	27,9	0,2	0,1	6,6
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
	ИТОГО ЗА ОБЕД	885	129,48	685,1	26,8	22,9	92,9

ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1475	239,99	1326,7	71,2	39,4	172
ИТОГО В СРЕДНЕМ	1492,5	184,9	1446,8	59,8	47,3	195,9

Составил: завхоз



Антипенюк Р.Ю