



Утверждаю

Директор МБОУ

Вознесенской СОШ

Имени Л.Чекмарёва

В.В.Капля

24 марта 2021г

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Вознесенская средняя общеобразовательная школа имени Леонида Чекмарёва.  
МЕНЮ

Школьной столовой  
( для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей инвалидов )  
На период с «22» марта 2021г.по «24» марта 2021г

Наименование блюда	Масса порции,г	Стоимость блюда	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность вещества, г		
				белки	жиры	углеводы
<b>ЗАВТРАК</b> 22.03.2021г Понедельник						
Омлет натуральный	200г	33,50	398	20	33,4	3,8
Бутерброд с повидлом	60г	8,50	177	1,8	4,65	31,5
Кисель плодово- ягодный	200г	4,40	162	0	0	42,2
Хлеб ржаной	35г	1,60	74,9	2,42	0,42	14,8
Печенье	50г	8,00	168,46	2,67	1,94	35,95
<b>Итого:</b>	<b>545</b>	<b>56</b>	<b>980,36</b>	<b>26,89</b>	<b>40,41</b>	<b>128,25</b>
<b>ОБЕД</b> 22.03.2021г Понедельник						
Салат из свежих овощей	100г	22,00	108	1,5	4,5	16,5
Борщ сибирский на м/к бульоне	250г	20,00	118	3,9	4,3	16
Перловка отварная	200г	6,00	404	11,2	14,4	55
Гуляш	110г	62,00	196	13,62	7,52	15,3
Хлеб ржаной	50г	2,30	107	3,46	0,6	21,14
Хлеб пшеничный	100г	4,80	239	7,9	1	48
Чай с сахаром	200г	2,90	58	0,2	0	15
Апельсин	150г	22,50	107	18	0,5	21,6
<b>ИТОГО:</b>	<b>1160</b>	<b>142,50</b>	<b>1337</b>	<b>59,78</b>	<b>32,82</b>	<b>208,54</b>
<b>ЗАВТРАК</b> 23.03.2021г Вторник						
Каша боярская молочная	200г	22,00	141	7	7,9	24,7
Булочка ванильная	50г	3,60	161	9,5	4,56	27,23
Сок персиковый	200г	10,00	88	1	0	21,1
Пряник	50г	7,50	168,46	2,67	1,94	35,95
<b>ИТОГО:</b>	<b>500</b>	<b>43,10</b>	<b>558,46</b>	<b>13,17</b>	<b>14,4</b>	<b>108,98</b>

<b>ОБЕД</b> 23.03.2021г Вторник						
Салат Степной	100г	9,00	144	3,3	10	10,1
Суп картофельный с горохом на м/к бульоне	250г	15,40	167	6,2	5,6	22,3
Макароны отварные	200г	5,00	272	6	8	42,6
Птица в сметанном соусе	110г	26,50	196	13,62	7,52	15,3
Фрукт (мандарин)	100г	18,00	133,5	2,25	0,15	31,5
Хлеб ржаной	25г	1,15	49,5	1,65	0,3	9,9
Хлеб пшеничный	50г	2,40	119,5	3,95	0,5	24
Чай с сахаром	200г	2,90	58	0,2	0	15
<b>ИТОГО:</b>	<b>1035</b>	<b>80,35</b>	<b>1139,5</b>	<b>36,97</b>	<b>32,07</b>	<b>170,7</b>
<b>ЗАВТРАК</b> 24.03.2021г Среда						
Вареники с картошкой	150г	20,00	160,7	14,74	11,99	22,77
Сок яблочный	200г	10,00	88	1	0	21,1
Хлеб пшеничный	50г	2,40	119,5	3,95	0,5	24
Вафля	50г	7,50	168,46	2,67	1,94	35,95
<b>ИТОГО:</b>	<b>410</b>	<b>39,90</b>	<b>536,66</b>	<b>22,36</b>	<b>14,43</b>	<b>103,82</b>
<b>ОБЕД</b> 24.03.2021г Среда						
Суп из овощей на м/к бульоне	250г	20,00	99	2,2	4,4	12,4
Рис отварной	200г	12,10	326	4,8	12,0	47,5
Рыба тушённая в томате с овощами	80г	20,00	98,56	8,48	4,49	4,93
Хлеб пшеничный	50г	2,40	119,5	3,95	0,5	24
Хлеб ржаной	25г	1,15	49,5	1,65	0,3	9,9
Чай с сахаром	200г	2,90	58	0,2	0	15
<b>ИТОГО:</b>	<b>925</b>	<b>58,55</b>	<b>916,46</b>	<b>32,82</b>	<b>42,08</b>	<b>95,69</b>
<b>Всего в среднем</b>	<b>1525</b>	<b>140,00</b>	<b>1522</b>	<b>53,99</b>	<b>48,73</b>	<b>217,8</b>

Завхоз школы:

Антипенюк Л.И.