



Утверждаю:  
Директор МБОУ  
Вознесенской СОШ  
имени Л.Чекмарева  
В.В. Капля

" 30 " января 2023г

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Вознесенская средняя общеобразовательная школа имени Л.Чекмарёва.

**МЕНЮ**

Школьной столовой

( для детей льготной категории )

На период с "30" января по "04" февраля 2023г

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Цена блюда руб, коп	Энергетическая ценность ккал	Белки г	Жиры г	Углеводы г
Завтрак 30.01.2023г Понедельник							
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	220	24,49	389,5	13,7	10,6	59,9
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	22,23	109,1	8	6,5	4,7
54-3соус	Соус красный основной	25	6,78	28,2	1,3	1	3,6
54-2хн	Компот из кураги	200	11,42	66,9	1	0,1	15,6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,20	46,9	1,5	0,2	9,8
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,72	51,2	2	0,4	10
	Итого за день	600	70,84	691,8	27,5	18,8	103,6
Завтрак 31.01.2023г вторник							
54-17	Суп горховый	250	28,5	138,7	8,2	3,5	18,7
54-16а	Винигрет с маслом растительным	100	15,8	111,9	1,2	8,9	6,7
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	14,85	133,4	3,5	3,4	22,3

Пром.	Хлеб ржаной	50	3,2	85,4	3,3	0,6	16,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,4	117,2	3,8	0,4	24,6
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>650</b>	<b>65,75</b>	<b>586,6</b>	<b>20</b>	<b>16,8</b>	<b>89</b>

Завтрак  
01.02.2023г  
среда

54-11г	Картофельное пюре	200	18,61	185,8	4,1	7,1	26,4
54-3м	Голубцы ленивые	85	31,24	109,1	7,2	6,5	5,5
54-21гн	Какао с молоком	200	14,85	100,4	4,7	3,5	12,5
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,36	3,3	0,6	16,7	13,5
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,40	117,2	3,8	0,4	24,6
54-2з	салат из моркови и яблок	100	12,50	11,3	0,6	0,1	2
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>655</b>	<b>81,96</b>	<b>527,1</b>	<b>21</b>	<b>34,3</b>	<b>84,5</b>

Завтрак  
02.02.2023г  
четверг

54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	19,83	107,5	7	8,9	0
54-25.1к	Каша молочная пшенная	200	18,3	184,5	5,3	5,4	28,7
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	8,93	81	0,5	0	19,8
Пром.	Хлеб пшеничный	70	4,48	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Мандарин	100	17	35	0,8	0,2	7,5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>600</b>	<b>68,54</b>	<b>525,2</b>	<b>17,4</b>	<b>14,9</b>	<b>80,6</b>

Завтрак  
03.02.2023г  
пятница

54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	220	24,49	389,5	13,7	10,6	59,9
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	22,23	109,1	8	6,5	4,7
54-3соус	Соус красный основной	25	6,78	28,2	1,3	1	3,6
54-2хн	Компот из кураги	200	11,42	66,9	1	0,1	15,6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,20	46,9	1,5	0,2	9,8
Пром.	Хлеб ржаной	40	2,72	51,2	2	0,4	10
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>600</b>	<b>70,84</b>	<b>691,8</b>	<b>27,5</b>	<b>18,8</b>	<b>103,6</b>

Завтрак

04.02.2023г

суббота

54-12с	Суп с рыбными консервами	250	31,79	144,6	9,9	4,8	15,5
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	14,85	133,4	3,5	3,4	22,3
	Булочка с повидлом	60	15	191	4	7	28
Пром.	Хлеб ржаной	50	3,2	85,4	3,3	0,6	16,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,4	117,2	3,8	0,4	24,6
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>610</b>	<b>68,24</b>	<b>671,6</b>	<b>24,5</b>	<b>16,2</b>	
	<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ</b>	<b>619</b>	<b>71,03</b>	<b>616</b>	<b>23</b>	<b>20</b>	<b>77</b>

Составил зав.столовой:



Антипенюк Р.Ю