



Утверждаю:
Директор МБОУ
Вознесенской СОШ
имени Л.Чекмарёва
В.В. Капля
30" января 2023г

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 "30" января по "04" февраля 2023г

Наименование блюда	Масса порции, г	Цена	номер рецептуры	Энергетическая	Пищевая ценность вещества, г		
				ценность, ккал			
				завтрак			
				30.01.2023г			
				понедельник			
сыр твердых сортов в нарезке	30	20,62	54/1з	107,5	7	8,9	0
омлет с зелёным горошком	200	35,64	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
ИТОГО	700	102,6		576,1	25,9	24,5	63,3

обед

30.01.2023г

понедельник

помидор в нарезке	100	10,0	54-3а	21,4	1,1	0,2	3,8
суп картофельный с клёцками	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

ИТОГО	880	76,7		735,9	42,7	14,3	108,9
--------------	------------	-------------	--	--------------	-------------	-------------	--------------

**Завтрак
31.01.2023г**

вторник

сыр твёрдых сортов в нарезке	30	19,68	54-1з	107,5	7	8,9	0
каша жидкая молочная гречневая	200	14,22	54-20к	187,3	7,1	5,8	26,7
какао с молоком сгущённой	200	15,86	54-22гн	133,4	3,5	3,4	22,3
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
мандарин	100	17	пром	35	0,8	0,2	7,5
ИТОГО	580	69,36		580,4	22,2	18,7	81,1

**Обед
31.01.2023г**

вторник

винегрет с растительным маслом	100	13,17	54-16а	111,9	1,2	8,9	6,7
суп срыбными консервами	250	31,79	54-12с	144,6	9,9	4,8	15,5
картофельное пюре	150	18,48	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
печень говяжья	100	29,56	54-18м	236,5	16,7	15,9	6,7
сок яблочный	200	13,2	пром	86,6	1	0,2	20,2
хлеб пшеничный	40	2,08	пром	93,8	3	0,3	19,7
хлеб ржаной	50	4,1	пром	85,4	3,3	0,6	16,7
ИТОГО	890	112,38	0	944,6	39,2	37,8	111,9

**Завтрак
01.02.2023г**

среда

путинг из творога с яблоками	200	72,40	54-4г	333,9	30,5	14,4	20,5
чай с молоком и сахаром	200	6,98	54-4гн	50,9	1,6	1,1	8,6
хлеб пшеничный	40	1,56	пром	93,8	3	0,3	19,7
яблоко	220	26,4	пром	88,8	0,8	0,8	19,6
ИТОГО	660	107,34		567,4	35,9	16,6	68,4

**Обед
01.02.2023г**

среда

салат из моркови с яблоком	100	9,68	54/2з	11,3	0,6	0,1	2
свекольник со сметаной	250	8,14	54-18с	110,4	2,2	5,3	13,4
каша перловая рассыпчатая	200	14,76	54-5г	249,5	5,9	7	40,7

котлеты куриные	85	17	п/ф	148,5	10,8	8,5	7,1
соус красный основной	40	6,13	54-3соус	28,2	1,3	1	3,6
хлеб ржаном	70	5,74	пром	119,6	4,6	0,8	23,4
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
напиток апельсиновый	200	8,62	54-1хн	33	0,2	0	8
ИТОГО	995	72,67		817,7	29,4	23,1	122,8

завтрак
02.02.2023г

четверг

сырники	200	80,09	54/6т	391,5	39,3	11,5	32,8
чай с сахаром	200	1,3	54-2гн	26,8	0,2	0	6,4
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
банан	200	17,2	пром	189	3	1	42
ИТОГО	630	100,15		677,6	44,8	12,7	96

обед
02.02.2023г

четверг

салат из свежих помидоров и огурцов	100	6,52	54-5в	62,50	0,97	5,15	3,08
борщ с капустой и картофелем	250	6,26	54-22с	97,9	5,4	4,3	9,3
запеканка картофельная с говядиной	200	34,76	54-13м	409	23,6	23,2	26,5
компот из смеси сухофруктов	200	9,19	54-1мс	81	0,5	0	19,8
хлеб ржаной	100	8,2	пром	170,8	6,6	1,2	33,4
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	117,2	3,8	0,4	24,6
ИТОГО	900	67,53		938	40,87	34,25	116,68

Завтрак
03.02.2023г

пятница

сыр твёрдых сортов в нарезке	30	18,00	54-1з	107,5	7	8,9	0
масло сливочное (порциями)	10	8,03	53-19	66,1	0,1	7,3	0,1
суп молочный с макаронами изделиями	250	15,94	54-19к	167,8	6,9	5,7	22,3
какао с молоком	200	16,22	54-21гн	100,4	4,7	3,5	12,5
хлеб пшеничный	50	2,6	пром	140,6	4,6	0,5	29,5
ИТОГО	540	60,79		582,4	23,3	25,9	64,4

Обед
03.02.2023г

пятница

салат из белокочанной капусты с помидором	100	8,56	54-6в	122,5	2,3	11	3,6
щи из свежей капусты со сметаной	250	7,72	54-1с	115,3	5,8	7	7,1
макароны отварные с овощами	200	21	54-11г	241	6,3	8,3	35,4
гуляш из говядины	80	32,89	54-2м	185,7	13,6	13,2	3,1
кисель из брусники	200	15,02	пром	60,7	0,1	0,1	14,8
хлеб пшеничный	30	1,56	пром	70,3	2,3	0,2	14,8
хлеб ржаной	30	2,46	пром	51,2	2	0,4	10
сырок творожный	40	25	пром	127	3,6	9,2	7,4
ИТОГО	930	114,21		973,7	36	49,4	96,2

Завтрак

04.02.2023г

суббота

сыр твёрдых сортов в нарезке	20	12,8	54-1з	71,7	4,6	5,9	0
каша жидкая молочная пшенная	200	19,05	54-24к	274,9	8,3	10,1	37,6
кофейный напиток с молоком	200	15,55	54-23гн	86	3,9	2,9	11,2
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
ИТОГО	550	55,66		705,5	26,2	20,1	104,9

Обед

04.02.2023г

суббота

борщ с фасолью	250	18,12	54-19с	134,4	3,9	6,4	15,4
картофельное пюре	200	18,48	54-11г	185,8	4,1	7,1	26,4
рыба тушёная в томате с овощами	100	36,55	54-10р	191,9	16,3	11,3	6,3
компот из свежих яблок	200	9,74	54-32кн	41,6	0,2	0,1	9,9
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
икра из баклажанов. Консервы	60	27	пром	88,1	1	8	3,1
ИТОГО	910	116,59		844,4	32,6	33,9	102,4
	1527,50	176,00	0,00	1490,62	66,51	51,88	189,50

Завхоз школы:



/Антипенюк Л.И./