

Утверждаю:
 Директор МБОУ
 Вознесенской СОШ
 имени Л.Чекмарёва
 В.В.Капля
 «19» апреля 2021г



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

МЕНЮ

Школьной столовой

(для детей льготной категории 1-4 класс)

На период с «19» апреля по «24» апреля 2021г.

Наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда	Энергетическая ценность, ккал	Пищевая ценность вещества, г		
				белки	жиры	углеводы
Завтрак 19.04.2021г Понедельник						
Каша рассыпчатая гречневая	150г	11,10	276	8,7	7,8	42,6
Котлета в томатном соусе	110г	24,50	196	13,62	7,52	15,3
Хлеб ржаной	20г	1,00	39,6	1,32	0,4	7,92
Хлеб пшеничный	20г	1,00	52,4	1,47	0,66	10,28
Чай с сахаром	200г	2,80	58	0,2	0	15
ИТОГО	500	40,40	622	25,31	16,38	91,1
Завтрак 20.04.2021г Вторник						
Суп рисовый на к/б	250г	16,40	133,6	4,96	4,48	17,84
Булочка ванильная	50г	3,00	161	9,5	4,056	27,23
Компот из с/ф	200г	3,95	124	0,6	0	31,4
Хлеб ржаной	25г	1,15	49,5	1,65	0,3	9,9
Хлеб пшеничный	25г	1,20	65,5	1,87	0,725	12,85
Фрукт (Яблоко)	250г	30,00	40	0,8	0,4	19,6
ИТОГО	700	55,70	573,6	19,38	9,96	118,82
Завтрак 21.04.2021г Среда						
Салат студенческий	100г	8,00	144	3,3	10	10,1
Плов из говядины	150г	84	350	21,6	11,8	37,8
Компот из сушеных	200г	9,40	113	0,44	0,02	27,67

Фруктов (курага)							
Хлеб ржаной	25г	1,20	65,5	1,87	0,725	12,85	
Хлеб пшеничный	20г	1,00	52,4	1,47	0,6	10,28	
ИТОГО	495	102,40	724,90	28,24	23,145	98,70	
Завтрак 22.04.2021г Четверг							
Макароны отварные	150г	10,80	294	7	8,2	52,93	
Котлета в томатном соусе	110г	24,40	196	13,62	7,52	15,3	
Чай с лимоном	200г	4,30	60	0,3	0	15,2	
Хлеб пшеничный	25г	1,20	65,5	1,87	0,725	12,85	
Хлеб ржаной	25г	1,15	49,5	0,6	0	31,4	
Фрукт (Груша)	250г	37,5	84	0,4	0,6	19	
ИТОГО	760	79,35	749	23,79	17,045	146,68	
Завтрак 23.04.2021г Пятница							
Борщ сибирский на к/б	200г	20,00	94,4	3,12	3,44	12,8	
Бутерброд с повидлом	40г	8,50	172,5	1,65	13,5	10,2	
Чай с сахаром	200г	2,80	58	0,2	0	15	
Хлеб ржаной	15г	0,70	29,7	0,99	0,3	5,94	
Батончик злаковый	35г	15,00	330	5	2	74	
ИТОГО	490	47,00	684,60	10,96	30,20	117,94	
Завтрак 24.04.2021г Суббота							
Каша манная молочная	150г	13,50	166,5	3,6	6,15	22,8	
Бутерброд с сыром	45г	11,10	158	6,04	10,15	9,38	
Кисель п/я	200г	4,40	162	0	0	42,2	
Хлеб ржаной	50г	2,40	99	3,3	0,6	19,8	
Фрукт (Апельсин)	200г	30,00	53,5	9	0,25	10,8	
ИТОГО	645	61,40	639	76,30	17,15	104,98	
Итого в среднем	598	64,37	655	30,66	18,98	113,03	

Заведующая столовой:



Антипёнок Р.Ю