

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 , платной категории)

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)	150г	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	30,54	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	50,14	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
ИТОГО	510	41,85	655	23,39	16,44	127,68
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	455	47,00	354,6	5,96	17,24	43,94
Завтрак 24.04.2021г Суббота						
Каша манная молочная	150г	13,50	166,5	3,6	6,15	22,8
Бутерброд с повидлом	40г	5,60	118	1,2	3,1	21
Кисель п/я	200г	4,40	162	0	0	42,2
Хлеб ржаной	50г	2,40	99	3,3	0,6	19,8
ИТОГО	445	31,40	585,5	12,94	16,90	94,18
Итого в среднем	523	44,41	642,60	20,03	18,83	108,07

Заведующая столовой:



Антипёнок Р.Ю