



УТВ  
 Директор  
 Вознесенская  
 имени Л.Ч.  
 В  
 «09» мар

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

**МЕНЮ**

**Школьной столовой**

**( для детей льготной категории 1-4 класс )**

**На период с «09» марта по «13» марта 2021г.**

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углево ды	
<b>Вторник 09.03.2021г Завтрак</b>						
Макароны отварные	150г	10,00	5,25	6,15	39,7	220,5
Тефтеля, соус томатный	130г	21,70	13,22	10,8	14,68	211,2
Чай с лимоном	207г	4,00	0,3		15,2	60
Хлеб пшеничный	25г	1,80	1,87	0,725	12,85	98,25
Хлеб ржаной	25г	1,00	1,65	0,3	9,9	39,6
Батончик злаковый	37,5	20,00	1,99	2,78	22,12	161,79
<b>ИТОГО</b>	<b>574,5</b>	<b>58,50</b>	<b>24,28</b>	<b>20,76</b>	<b>114,42</b>	<b>768,49</b>
<b>Среда 10.03.2021г Завтрак</b>						
Борщ Сибирский на к/б	200г	12,80	3,12	3,44	12,8	94,4
Булочка с маком	100г	7,00	8,1	3,1	52,6	275
Чай с сахаром	200г	3,50	0,3		15,2	68
Хлеб пшеничный	40г	2,00	1,87	0,725	12,85	93,52

Хлеб ржаной	25г	1,00	1,00	0,3	2,3	1,3
Шоколад	50г	40				
<b>ИТОГО</b>	<b>611</b>	<b>66,30</b>	<b>15,04</b>	<b>7,565</b>	<b>103,35</b>	<b>570,42</b>
<b>Четверг</b>						
<b>11.03.2021г</b>						
<b>Завтрак</b>						
Рис отварной	150г	12,50	2,88	9	35,7	244,5
Минтай тушеный в томате	80г	18,80	8,48	4,08	4,48	89,6
Компот из с/ф	200г	4,00	0,6		31,4	124
Хлеб пшеничный	25г	1,80	1,87	0,725	12,85	65,5
Хлеб ржаной	25г	1,00	1,65	0,3	9,9	49,5
<b>ИТОГО</b>	<b>480</b>	<b>38,10</b>	<b>15,48</b>	<b>14,105</b>	<b>94,33</b>	<b>573,1</b>
<b>Пятница</b>						
<b>12.03.2021г</b>						
<b>Завтрак</b>						
Жаркое по домашнему	150г	85,3	17,79	9,8	21,21	249,97
Кофе на молоке	200г	6,00	1,65	0,4	19,32	116
Фрукт ( Яблоко)	120г	14,40	0,4	0,2	9,8	60
Хлеб пшеничный	40г	2,00	3,16	0,725	12,85	93,52
Хлеб ржаной	25г	1,00	1,65	0,4	19,32	49,5
<b>ВСЕГО</b>	<b>535</b>	<b>108,7</b>	<b>21,82</b>	<b>11,86</b>	<b>112,62</b>	<b>568,99</b>
<b>Суббота</b>						
<b>13.03.2021г</b>						
<b>Завтрак</b>						
Каша рисовая молочная	150г	15,35	1,65	6,15	15,75	152,6
Бутерброд с сыром	45г	11,60	6,04	10,15	9,38	158
Сок персиковый	200г	10,00	1		21,2	88
Хлеб пшеничный	40г	2,00	3,16	0,725	12,85	93,52
Хлеб ржаной	25г	1,00	1,65	0,4	19,32	49,5
Фрукт ( Банан)	100г	15,00	1,50	0,10	21	89
<b>ВСЕГО</b>	<b>610</b>	<b>54,95</b>	<b>15,36</b>	<b>17,525</b>	<b>99,5</b>	<b>630,62</b>

Составил зав.столовой



Антипёнок Р.Ю