



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

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

**МЕНЮ**

Школьной столовой

( для детей катерии ОВЗ от 7-11 лет )

На период с "16" октября по "20" октября 2023г

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Цена блюда руб, коп	Энергетичес ккал	Белки г	Жиры г	Углеводы г
-------------	----------------	------------	------------------------	---------------------	------------	-----------	---------------

**ЗАВТРАК**

16.10.2023г

понедельник

54-1о	Омлет натуральный	150	23,4	225,5	12,7	18	32
54-21гн	Какао с молоком	200	14,9	100,4	4,7	3,5	12,5
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,46	70,3	2,3	0,2	14,8
Пром.	Апельсин	200	33,6	75,6	1,8	0,4	16,2
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>580</b>	<b>74,36</b>	<b>471,8</b>	<b>21,5</b>	<b>22,1</b>	<b>75,5</b>

**ОБЕД**

54-17з	Салат из моркови и чернослива	80	11,77	75,7	1,2	0,2	17,2
54-25с	Суп гороховый	250	14,16	138,7	8,2	3,5	18,7
54-11м	Плов из отварной говядины	200	58,96	348,2	15,3	14,7	38,6
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	6,24	27,9	0,2	0,1	6,6
Пром	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>830</b>	<b>99,33</b>	<b>793,1</b>	<b>32</b>	<b>19,5</b>	<b>122,4</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1410</b>	<b>173,69</b>	<b>1264,9</b>	<b>53,5</b>	<b>41,6</b>	<b>197,9</b>

**ЗАВТРАК**

17.10.2023г

вторник

53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	7,01	66,1	0,1	7,3	0,1
54-24к	Каша жидкая молочная пшеничная	200	17,09	274,9	8,3	10,1	37,6
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	11,91	86	3,9	2,9	11,2
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,46	70,3	2,3	0,2	14,8
Пром.	Мандарин	130	20,41	45,5	1	0,3	9,8
Пром.	Повидло абрикосовое	20	3,78	51,4	0,1	0	12,8
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>590</b>	<b>62,66</b>	<b>594,2</b>	<b>15,7</b>	<b>20,8</b>	<b>86,3</b>

ОБЕД

54-10з	Салат из капусты с овощами	60	13,75	50	1,7	4	1,7
54-9с	Суп фасолевый	250	10,93	157,4	8,5	5,7	18
54-9м	Жаркое по-домашнему	200	62,38	317,98	20,1	18,8	17,2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	6,53	50,9	1,6	1,1	8,6
Пром	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>810</b>	<b>101,79</b>	<b>778,88</b>	<b>39</b>	<b>30,6</b>	<b>86,8</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1400</b>	<b>164,45</b>	<b>1373,08</b>	<b>54,7</b>	<b>51,4</b>	<b>173,1</b>

ЗАВТРАК

18.10.2023г

среда

54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	150	13,43	215,8	5,4	6,9	33
54-6о	Яйцо варёное	40	7	56,6	4,8	4	0,3
54-45гн	Чай с сахаром	200	4,18	21,4	0,1	0	5,2
Пром.	Банан	150	16,5	141,8	2,3	0,8	31,5
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,64	46,9	1,5	0,2	9,8
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>560</b>	<b>42,75</b>	<b>482,5</b>	<b>14,1</b>	<b>11,9</b>	<b>79,8</b>

ОБЕД

54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	80	14,51	98	1,8	8,8	2,9
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	9,56	121,1	6	2,7	19,4
54-26г	Рис с овощами	200	20,33	223,7	4,3	7,6	34,7
54-12р	Рыба, запечённая с сыром и луком	100	27,56	175,2	16,1	11	2,9

54-2хн	Компот из кураги	200	16,19	66,9	1	0,1	15,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,28	93,8	3	0,3	19,7
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,64	34,2	1,3	0,2	6,7
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>890</b>	<b>93,07</b>	<b>812,9</b>	<b>33,5</b>	<b>30,7</b>	<b>101,9</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1450</b>	<b>135,82</b>	<b>1295,4</b>	<b>47,6</b>	<b>42,6</b>	<b>181,7</b>

**ЗАВТРАК**

19.10.2023г

четверг

54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	12,4	174,2	5,3	5,7	25,3
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	6,26	31,7	0,2	0,1	7,5
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,46	70,3	2,3	0,2	14,8
Пром.	Апельсин	200	33,6	75,6	1,8	0,4	16,2
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>630</b>	<b>54,72</b>	<b>351,8</b>	<b>9,6</b>	<b>6,4</b>	<b>63,8</b>

**ОБЕД**

54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоком	100	9,37	135,9	1,6	10,1	9,6
54-17с	Суп из овощей	250	14,02	89	1,8	4,6	10,1
54-11г	Картофельное пюре	200	24,28	185,8	4,1	7,1	26,4
54-27м	Капуста тушенная с мясом птицы	100	19,97	91,5	8,4	4,1	5,2
Пром.	Сок абрикосовый	200	14	105,6	1	0	25,4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,46	51,2	2	0,4	10
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>930</b>	<b>88,2</b>	<b>776,2</b>	<b>22,7</b>	<b>26,7</b>	<b>111,3</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1560</b>	<b>142,92</b>	<b>1128</b>	<b>32,3</b>	<b>33,1</b>	<b>175,1</b>

**ЗАВТРАК**

20.10.2023г

пятница

54-25.1к	Каша жидкая молочная рисовая	200	14,02	184,5	5,3	5,4	28,7
54-21гн	Какао с молоком	200	14,9	100,4	4,7	3,5	12,5
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,64	34,2	1,3	0,2	6,7
Пром.	Йогурт2,0%	100	27	62	4,5	2	6,5
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>570</b>	<b>61,66</b>	<b>498,3</b>	<b>19,6</b>	<b>11,5</b>	<b>79</b>

**ОБЕД**

54-2з	Огурец в нарезке	80	17	11,3	0,6	0,1	2
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	23,33	144,9	8,6	6,1	13,9
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	11,2	233,7	8,2	6,3	35,9
П/Ф	Тефтели "Натуральные"	65	21,45	109,1	8	6,5	4,7
54-3соус	Соус красный основной	30	4,31	21,2	1	0,7	2,7
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	9,27	81	0,5	0	19,8
Пром	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>825</b>	<b>94,76</b>	<b>803,8</b>	<b>34</b>	<b>20,7</b>	<b>120,3</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1395</b>	<b>156,42</b>	<b>1302,1</b>	<b>53,6</b>	<b>32,2</b>	<b>199,3</b>
	<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ</b>	<b>1443</b>	<b>154,66</b>	<b>1272,696</b>	<b>48,34</b>	<b>40,18</b>	<b>185,42</b>

Составил : завхоз



Антипёнок Р.Ю