



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

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

**МЕНЮ**

Школьной столовой

( для детей категории ОВЗ от 7-11лет )

На период с "11" сентября по "15" сентября 2023г

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

**ЗАВТРАК**

11.09.2023г

понедельник

54-2о	Омлет с зеленым горошком	200	35,23	204,7	12,9	14,2	6,4
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	6,24	27,9	0,2	0,1	6,6
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,46	51,2	2	0,4	10
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,28	93,8	3	0,3	19,7
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>470</b>	<b>47,21</b>	<b>377,6</b>	<b>18,1</b>	<b>15</b>	<b>42,7</b>

**ОБЕД**

54-3з	Помидор в нарезке	50	8,25	21,4	1,1	0,2	3,8
54-6с	Суп картофельный с клёцками	250	10,67	117	5,8	4,1	14,2
54-22м	Рагу из курицы	250	54,28	271,7	26,2	8,8	21,9
54-22хн	Кисель из вишни	200	18,85	52,9	0,2	0	12,9
Пром	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
Пром	Хлеб пшеничный	80	6,56	187,5	6,1	0,6	39,4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>880</b>	<b>102,71</b>	<b>735,9</b>	<b>42,7</b>	<b>14,3</b>	<b>108,9</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1350</b>	<b>149,92</b>	<b>1113,5</b>	<b>60,8</b>	<b>29,3</b>	<b>151,6</b>

**ЗАВТРАК**

12.09.2023г

вторник

54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	200	12,21	187,3	7,1	5,8	26,7
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	17,47	133,4	3,5	3,4	22,3
Пром	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
Пром.	Мандарин	100	15,7	35	0,8	0,2	7,5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>550</b>	<b>49,48</b>	<b>472,9</b>	<b>15,2</b>	<b>9,8</b>	<b>81,1</b>

ОБЕД

54-16з	Винегрет с растительным маслом	60	8,38	67,1	0,7	5,4	4
54-12с	Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	28,37	115,7	7,9	3,8	12,4
54-11г	Картофельное пюре	150	18,21	139,4	3,1	5,3	19,8
54-18м	Печень говяжья по-строгоновски	120	45,36	283,8	20,1	19	8
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,46	70,3	2,3	0,2	14,8
Пром.	Хлеб ржаной	30	2,46	51,2	2	0,4	10
Пром.	Сок яблочный	200	13,2	86,6	1	0,2	20,2
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>790</b>	<b>118,44</b>	<b>814,1</b>	<b>37,1</b>	<b>34,3</b>	<b>89,2</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1340</b>	<b>167,92</b>	<b>1287</b>	<b>52,3</b>	<b>44,1</b>	<b>170,3</b>

ЗАВТРАК

13.09.2023г

среда

54-4т	Пудинг из творога с яблоком	200	40,23	333,9	30,5	14,4	20,5
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	6,53	50,9	1,6	1,1	8,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	29,2	93,8	3	0,3	19,7
Пром.	Яблоко	200	3,28	88,8	0,8	8	19,6
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>640</b>	<b>79,24</b>	<b>567,4</b>	<b>35,9</b>	<b>23,8</b>	<b>68,4</b>

ОБЕД

54-11з	Салат из моркови и яблок	80	8,96	99	0,7	8,1	5,7
54-18с	Свекольник ( со сметаной)	200	13,81	88,3	1,8	4,3	10,7
54-5 г	Каша перловая рассыпчатая	200	12,2	249,5	5,9	7	40,7
П/Ф	Котлета куринная	85	18,36	148,5	10,8	8,5	7,1
54-3 соус	Соус красный основной	25	3,6	17,7	0,8	0,6	2,2
54-33хн	Напиток апельсиновый	200	9,75	33	0,2	0	8
Пром	Хлеб пшеничный	50	2,46	117,2	3,8	0,4	24,6



Пром.	Хлеб ржаной	30	4,1	51,2	2	0,4	10
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>870</b>	<b>73,24</b>	<b>804,4</b>	<b>26</b>	<b>29,3</b>	<b>109</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1510</b>	<b>152,48</b>	<b>1371,8</b>	<b>61,9</b>	<b>53,1</b>	<b>177,4</b>

**ЗАВТРАК**

14.09.2023г

четверг

54-6т	Сырники	200	50,29	391,5	39,3	11,5	32,8
54-2гн	Чай с сахаром	200	4,53	26,8	0,2	0	6,4
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,64	46,9	1,5	0,2	9,8
Пром.	Банан	150	16,5	141,8	2,3	0,8	31,5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>570</b>	<b>72,96</b>	<b>607</b>	<b>43,3</b>	<b>12,5</b>	<b>80,5</b>

**ОБЕД**

54-5з	Салат из свежих огурцов и помидоров	80	12,17	49,9	0,8	4,1	2,5
54-22с	Борщ с капустой и картофелем	250	9,76	97,9	5,4	4,3	9,3
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	200	53,29	408,6	23,6	23,2	26,5
54-1х	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	30	2,46	51,2	2	0,4	10
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>810</b>	<b>91,05</b>	<b>805,8</b>	<b>36,1</b>	<b>32,4</b>	<b>92,7</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1380</b>	<b>164,01</b>	<b>1412,8</b>	<b>79,4</b>	<b>44,9</b>	<b>173,2</b>

**ЗАВТРАК**

15.09.2023г

пятница

53-19з	Масло сливочное (порциями)	10	7,01	66,1	0,1	7,3	0,1
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	250	14,23	167,8	6,9	5,7	22,3
54-21гн	Какао с молоком	200	14,9	100,4	4,7	3,5	12,5
Пром	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>510</b>	<b>40,24</b>	<b>451,5</b>	<b>15,5</b>	<b>16,9</b>	<b>59,5</b>

**ОБЕД**

54-6з	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	60	7,88	73,5	1,4	6,6	2,1
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	9,72	92,2	4,7	5,6	5,7
54-2г	Макаронны отварные с овощами	150	20,39	180,7	4,7	6,2	26,5

54-2м	Гуляш из говядины	100	40,66	232,1	17	16,5	3,9
54-21хн	Кисель из брусники	200	17,19	60,7	0,1	0,1	14,8
Пром.	Хлеб пшеничный	20	1,64	34,2	1,3	0,2	6,7
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,64	34,2	1,3	0,2	6,7
		<b>750</b>	<b>99,12</b>	<b>707,6</b>	<b>30,5</b>	<b>35,4</b>	<b>66,4</b>
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>1260</b>	<b>139,36</b>	<b>1159,1</b>	<b>46</b>	<b>52,3</b>	<b>125,9</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1368</b>	<b>154,74</b>	<b>1268,84</b>	<b>60,08</b>	<b>44,74</b>	<b>159,68</b>
	<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ</b>						

Составил : завхоз

*Антипёнок*

Антипёнок Р.Ю