



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 льготной категории)

На период с "22" января по "27" января 2024г

| № рецептуры | Название блюда | Масса | Цена блюда | Энергетическая ценность | Белки | Жиры | Углеводы |
|---------------------------------------|----------------------------|------------|-------------|-------------------------|-------------|-------------|-------------|
| | | г | руб, коп | ккал | г | г | г |
| Завтрак 22.01.2024г понедельник | | | | | | | |
| 54-11г | Картофельное пюре | 200 | 16,61 | 185,8 | 4,1 | 7,1 | 26,4 |
| 54-3м | Голубцы ленивые | 85 | 32,45 | 109,10 | 7,2 | 6,5 | 5,5 |
| 54-21гн | Какао с молоком | 200 | 15,00 | 100,4 | 4,7 | 3,5 | 12,5 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 34,2 | 1,3 | 0,2 | 6,7 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 50 | 4,1 | 117,20 | 3,8 | 0,4 | 24,6 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 555 | 69,8 | 546,7 | 21,1 | 17,7 | 75,7 |
| Завтрак 23.01.2024г вторник | | | | | | | |
| 54-4г | Каша гречневая рассыпчатая | 250 | 20,62 | 389,5 | 13,7 | 10,6 | 59,9 |
| П/Ф | Тефтели" натуральные" | 65 | 22,75 | 109,1 | 8 | 6,5 | 4,7 |
| 54-3 соус | Соус красный основной | 25 | 3,62 | 17,7 | 0,8 | 0,6 | 2,2 |
| 54-2хн | Компот из кураги | 200 | 14,67 | 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 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 600 | 66,58 | 711,2 | 27,8 | 18,3 | 108,8 |

Завтрак
24.01.2024г
среда

| | | | | | | | |
|---------|-------------------------------------|------------|--------------|--------------|-----------|-------------|-------------|
| 54-12с | Суп с рыбными консервами (горбуша) | 250 | 39,19 | 168,3 | 7,4 | 8,4 | 15,7 |
| 54-22гн | Какао с молоком сгущенным | 200 | 17,56 | 133,4 | 3,5 | 3,4 | 22,3 |
| Пром. | Булочка с повидлом | 50 | 25 | 191 | 4 | 7 | 28 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 50 | 4,1 | 34,2 | 1,3 | | 6,7 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 4,1 | 117,2 | 3,8 | 0,4 | 24,6 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 600 | 89,95 | 644,1 | 20 | 19,2 | 97,3 |

Завтрак
25.01.2024г
четверг

| | | | | | | | |
|-----------|-------------------------|------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-6г | Рис отварной | 200 | 25,72 | 271,4 | 4,8 | 6,4 | 48,6 |
| П/Ф | Котлеты куринные | 85 | 23,97 | 148,5 | 10,8 | 8,5 | 7,1 |
| 54-2 соус | Соус белый основной | 40 | 5,41 | 25 | 1,1 | 1,5 | 1,7 |
| 54-9хн | Компот из облепихи | 200 | 13,42 | 39 | 0,2 | 1 | 7,4 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 50 | 4,10 | 117,2 | 3,8 | 0,4 | 24,6 |
| Пром. | Хлеб ржаной | 25 | 2,50 | 42,7 | 1,7 | 0,3 | 8,4 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 600 | 75,12 | 643,8 | 22,4 | 18,1 | 97,8 |

Завтрак
26.01.2024г
пятница

| | | | | | | | |
|-----------|-------------------------|------------|-------------|------------|-------------|-------------|-------------|
| 54-1г | Макароны отварные | 250 | 23,42 | 328 | 8,9 | 8,2 | 54,7 |
| П/Ф | Котлеты домашние | 75 | 27,00 | 131,2 | 9,7 | 7,7 | 5,9 |
| 54-1 соус | Соус сметанный | 20 | 2,64 | 18,6 | 0,3 | 1,6 | 0,7 |
| 54-11хн | Компот из брусники | 200 | 14,00 | 32,70 | 0,1 | 0,1 | 7,8 |
| Пром. | Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 46,9 | 1,5 | 0,2 | 9,8 |
| Пром. | Яблоко | 100 | 14,00 | 66,6 | 0,6 | 0,6 | 14,7 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 665 | 82,7 | 624 | 21,1 | 18,4 | 93,6 |

Завтрак

27.01.2024г

суббота

| | | | | | | | |
|-------------|------------------------------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|
| 54-1з12 | Сыр твердых сортов в нарезке | 30 | 18,56 | 107,5 | 7 | 8,9 | 0 |
| 54-27к11813 | Каша жидкая молочная манная | 250 | 16,67 | 217,8 | 6,7 | 7,2 | 31,6 |
| пром | Хлеб пшеничный | 30 | 2,46 | 70,3 | 2,3 | 0,2 | 14,8 |
| пром | Сок абрикосовый | 200 | 14 | 105,6 | 1 | 0 | 25,4 |
| пром | Банан | 180 | 29,88 | 189 | 3 | 1 | 42 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 690 | 81,57 | 690,2 | 20 | 17,3 | 113,8 |
| | ИТОГО В СРЕДНЕМ | 618,33 | 77,62 | 643,33 | 22,07 | 18,17 | 97,83 |

Завхоз:



Антипёнок Р.Ю