



Утверждаю:
 Директор МБОУ
 Вознесенской СОШ
 Д.И. Чекарёва
 В.В. Капля

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

МЕНЮ

Школьной столовой

(для детей категории ОВЗ от 12-18лет)

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

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

ЗАВТРАК

22.01.2024

понедельник

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	22	35	0,8	0,2	7,5
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	550	55,78	472,9	15,2	9,8	81,1

ОБЕД

54-16з	Винегрет с растительным маслом	100	13,97	111,9	1,2	8,9	6,7
54-12с	Суп с рыбными консервами (горбуша)	250	39,22	144,6	9,9	4,8	15,5
54-11г	Картофельное пюре	200	24,28	185,8	4,1	7,1	26,4
54-18м	Печень говяжья по-строгановски	100	47,81	236,5	16,7	15,9	6,7
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,28	93,8	3	0,3	19,7
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
Пром.	Сок яблочный	200	13,2	86,6	1	0,2	20,2
	ИТОГО ЗА ОБЕД	940	145,86	944,6	39,2	37,8	111,9
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1490	201,64	1417,5	54,4	47,6	193

ЗАВТРАК

23.01.2024

вторник

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	30	2,46	70,3	2,3	0,2	14,8
Пром.	Яблоко	220	32,12	97,7	0,9	9	21,6
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	650	81,34	552,8	35,3	24,7	65,5

ОБЕД

54-11з	Салат из моркови и яблок	100	11,19	123,8	0,9	10,2	7,1
54-18с	Свекольник (со сметаной)	250	17,27	110,4	2,2	5,3	13,4
54-5 г	Каша перловая рассыпчатая	200	12,2	249,5	5,9	7	40,7
П/Ф	Котлета куринная	85	23,97	148,5	10,8	8,5	7,1
54-3 соус	Соус красный основной	40	5,75	28,2	1,3	1	3,6
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	70	5,74	119,6	4,6	0,8	23,4
	ИТОГО ЗА ОБЕД	995	88,33	930,2	29,7	33,2	127,9
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1645	169,67	1483	65	57,9	193,4

ЗАВТРАК

24.01.2024

среда

54-6т	Сырники	200	48,58	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	30	2,46	70,3	2,3	0,2	14,8
Пром.	Банан	200	33,2	189	3	1	42
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	630	88,77	677,6	44,8	12,7	96

ОБЕД

54-5з	Салат из свежих огурцов и помидоров	100	15,21	62,4	1	5,1	3,1
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	48,56	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	100	8,21	170,8	6,6	1,2	33,4
	ИТОГО ЗА ОБЕД	900	95,11	937,9	40,9	34,2	116,7
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1530	183,88	1615,5	85,7	46,9	212,7

ЗАВТРАК

25.01.2024

четверг

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	60	4,92	140,6	4,6	0,5	29,5
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	520	41,06	474,9	16,3	17	64,4

ОБЕД

54-6з	Салат из белокочанной капуста с помидорами и огурцами	100	7,88	122,5	2,3	11	3,6
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	12,15	115,3	5,8	7	7,1
54-2г	Макаронны отварные с овощами	200	27,19	241	6,3	8,3	35,4
54-2м	Гуляш из говядины	80	36,58	185,7	13,6	13,2	3,1
54-21хн	Кисель из брусники	200	17,19	60,7	0,1	0,1	14,8
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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	890	105,91	846,7	32,4	40,2	88,8
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1410	146,97	1321,6	48,7	57,2	153,2

ЗАВТРАК

26.01.2024

пятница

54-1з12	Сыр твердых сортов в нарезке	30	19	71,7	4,6	5,9	0
54-24к10937	Каша жидкая молочная манная	200	17,09	274,9	8,3	10,1	37,6
54-23гн72	Кофейный напиток с молоком	200	11,91	86	3,9	2,9	11,2
пром	Хлеб пшеничный	80	6,56	187,5	6,1	0,6	39,4
пром	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	58,66	705,5	26,2	20,1	104,9

ОБЕД

547-19с10815	Борщ с фасолью	250	24,4	134,4	3,9	6,4	15,4
--------------	----------------	-----	------	-------	-----	-----	------

54-11г52	Картофельное пюре	200	24,28	185,8	4,1	7,1	26,4
54-10р297	Рыба тушеная в томате с овощами	100	38,9	191,9	16,3	11,3	6,3
54-32хн10805	Компот из свежих яблок	200	10,07	41,6	0,2	0,1	9,9
пром	Масса творожная	100	31,5	343,8	7,1	23	27,1
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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	950	137,35	1100,1	38,7	48,9	126,4
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1510	196,01	1805,6	64,9	69	231,3

ЗАВТРАК

27.01.2024

суббота

54-1з12	Сыр твердых сортов в нарезке	30	18,56	107,5	7	8,9	0
54-2о	Омлет с зеленым горошком	200	32,5	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	70	5,74	119,6	4,6	0,8	23,4
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3,28	93,8	3	0,3	19,7
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	510	47,76	446	20,7	15,4	56,1

ОБЕД

54-3з	Помидор в нарезке	100	16,5	21,4	1,1	0,2	3,8
54-6с	Суп картофельный с клёцками	250	33,31	117	5,8	4,1	14,2
54-22м	Рагу из курицы	250	78,2	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	8,2	85,4	3,3	0,6	16,7
Пром	Хлеб пшеничный	80	5,74	187,5	6,1	0,6	39,4
	ИТОГО ЗА ОБЕД	930	160,8	735,9	42,7	14,3	108,9
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1440	208,56	1181,9	63,4	29,7	165
	ИТОГО В СРЕДНЕМ	1504,17	184,46	1470,85	63,68	51,38	191,43

Составил завхоз

 Антипенюк Р.Ю.