



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 1-4 класса )

На период с "09" октября по "13" октября 2023г

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Цена блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
		г	руб, коп	ккал	г	г	г
Завтрак 09.10.2023г понедельник							
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	180	55,82	367,7	21,2	20,9	23,8
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	6,24	27,9	0,2	0,1	6,6
Пром	Хлеб ржаной	20	1,64	34,20	1,3	0,2	6,7
Пром.	Апельсин	100	16,80	86,9	2,1	0,5	18,6
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>500</b>	<b>80,5</b>	<b>516,7</b>	<b>24,8</b>	<b>21,7</b>	<b>55,7</b>
Завтрак 10.10.2023г вторник							
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	14,21	62,4	1	5,1	3,1
54-11м	Плов из отварной говядины	200	48,28	348,2	15,3	14,7	38,6
54-7хн	Компот из смородины	200	3,44	35,5	0,3	0,1	8,4
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,64	34,2	1,3	0,2	6,7
Пром.	Хлеб пшеничный	25	2,05	58,6	1,9	0,2	12,3

	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>545</b>	<b>69,62</b>	<b>538,9</b>	<b>19,8</b>	<b>20,3</b>	<b>69,1</b>
--	-------------------------	------------	--------------	--------------	-------------	-------------	-------------

Завтрак  
11.10.2023г  
среда

54-9м	Жаркое по-домашнему	200	51,3	317,9	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	20	1,64	46,9	1,5	0,2	9,8
Пром.	Хлеб ржаной	20	1,64	34,2	1,3	0,2	6,7
Пром.	Мандарин	80	12,56	35	0,8	0,2	7,5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>520</b>	<b>73,67</b>	<b>484,9</b>	<b>25,3</b>	<b>20,5</b>	<b>49,8</b>

Завтрак  
12.10.2023г  
четверг

54-11г	Картофельное пюре	200	22,26	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
54-13хн	Напиток из шиповника	200	11,25	65,4	0,6	0,2	15,1
Пром	Хлеб ржаной	34	2,79	58,1	2,2	0,4	11,4
Пром	Хлеб пшеничный	40	3,28	93,8	3	0,3	19,7
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>574</b>	<b>59,55</b>	<b>494,6</b>	<b>18,3</b>	<b>12,1</b>	<b>77,8</b>

Завтрак  
13.10.2023г  
пятница

54-5г	Каша перловая рассыпчатая	200	9,15	187,1	4,4	5,3	30,5
54-2м	Гуляш из говядины	100	40,66	232,1	17	16,5	3,9
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	6,26	31,7	0,2	0,1	7,5
Пром	Хлеб пшеничный	20	1,64	46,9	1,5	0,2	9,8
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>520</b>	<b>57,71</b>	<b>497,8</b>	<b>23,1</b>	<b>22,1</b>	<b>51,7</b>
	<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ</b>	<b>531,80</b>	<b>68,21</b>	<b>506,58</b>	<b>22,26</b>	<b>19,34</b>	<b>60,82</b>

Завхоз:



Антипёнок Р.Ю