



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 "09" октября по "14" октября 2023г

№ рецептуры	Название блюда	Масса г	Цена блюда руб, коп	Энергетическая ценность ккал	Белки г	Жиры г	Углеводы г
Завтрак 09.10.2023г понедельник							
54-26м	Запеканка картофельная с говядиной	250	53,29	510,8	29,4	29	33,1
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	150	25,20	86,9	2,1	0,5	18,6
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>620</b>	<b>86,37</b>	<b>659,8</b>	<b>33</b>	<b>29,8</b>	<b>65</b>
Завтрак 10.10.2023г вторник							
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	7,61	31,2	0,5	2,6	1,5
54-11м	Плов из отварной говядины	250	69,8	435,3	19,1	18,4	48,2
54-7хн	Чай с сахаром	200	4,53	26,8	0,2	0	6,4
Пром.	Хлеб ржаной	50	4,1	85,4	3,3	0,6	16,7
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,1	117,2	3,8	0,4	24,6

<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>600</b>	<b>90,14</b>	<b>695,9</b>	<b>26,9</b>	<b>22</b>	<b>97,4</b>
-------------------------	--	------------	--------------	--------------	-------------	-----------	-------------

Завтрак  
11.10.2023г  
среда

54-9м	Жаркое по-домашнему	250	54,3	397,4	25,1	23,4	21,5
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
Пром.	Мандарин	80	12,56	35	0,8	0,2	7,5
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>630</b>	<b>81,59</b>	<b>685,9</b>	<b>34,6</b>	<b>25,7</b>	<b>78,9</b>

Завтрак  
12.10.2023г  
четверг

54-11г	Картофельное пюре	200	24,28	185,8	4,1	7,1	26,4
54-27м	Капуста тушенная с мясом птицы	200	39,94	183	16,8	8,2	10,4
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>674</b>	<b>81,54</b>	<b>586,1</b>	<b>26,7</b>	<b>16,2</b>	<b>83</b>

Завтрак  
13.10.2023г  
пятница

54-5г	Каша перловая рассыпчатая	250	12,20	249,5	5,9	7	40,7
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>570</b>	<b>60,76</b>	<b>560,2</b>	<b>24,6</b>	<b>23,8</b>	<b>61,9</b>

Завтрак  
14.10.2023г  
суббота

54-24к	Каша жидкая молочная пшенная	250	15,5	274,9	8,3	10,1	37,6
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	9,13	107,5	7	8,9	0
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
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	515	38	580,6	19,6	19,4	82
	<b>ИТОГО В СРЕДНЕМ</b>	<b>601,50</b>	<b>73,07</b>	<b>628,08</b>	<b>27,57</b>	<b>22,82</b>	<b>78,03</b>

Завхоз:



Антипенюк Р.Ю