



С.Ю. Котелкина

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 06 сентября 2023 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 12-18 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-18 лет				
				белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	
4 день												
ЗАВТРАК												
Каша молочная вязкая манная с маслом и сахаром	168	1/210		4,52	4,07	35,46	197,00					23-43
Масло сливочное	41	1/10		6,96	8,85	0,00	109,20					9-38
Какао с молоком	959	1/200		3,52	3,72	25,49	145,20					29-05
Фрукт Яблоко	338	1/146		0,00	8,20	0,10	75,00					22-18
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-85
				17,40	25,64	77,75	612,10					
Стоимость завтрака												88-89
ОБЕД												
Салат из моркови с яблоками с раст/маслом	01071	1/100	1/100	1,15	2,65	9,22	66,73	5,61	4,09	18,98	130,52	3-00
Суп лапша с курицей	86	1/250	1/300	32,39	9,84	152,44	827,75	40,48	12,3	190,55	1034,68	12-81
Тефтели мясные	462	1/80	1/100	8,8	13,06	9,66	191,33	10,42	15,23	12,08	201,6	19-25
Гречка рассыпчатая	679	1/150	1/120	7,46	5,61	35,84	230,45	9,94	7,48	47,78	307,26	8-92
Компот из с/фруктов	868	1/200	1/200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,04	0,00	24,76	94,2	5-40
Хлеб ржаной	7	1/80	1/120	5,2	0,96	2,1	144,8	7,92	1,44	2,76	217,2	4-15
				55,04	32,13	234,02	1555,26	69,95	39,10	287,15	1921,67	
Всего:				72,74	58,66	311,77	2167,36					53-53
Стоимость обеда												

Повар Ильин

Завхоз Сидорова

Мед. сестра Иванова