



УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

С.Ю. Котелкина

**МЕНЮ**  
**МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского**  
**На 08 сентября 2023 г.**

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	
<b>6 день</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Творожная запеканка	80	1/160		15,22	10,0	14,8	212,50					70-50
Кофейный напиток с молоком	395	1/200		2,85	2,41	14,36	91					13-54
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-85
				<b>20,47</b>	<b>21,41</b>	<b>45,96</b>	<b>394,2</b>					
Стоимость завтрака												88-89
<b>ОБЕД</b>												
Винегрет овощной	45	1/60	1/100	0,82	3,71	5,06	56,88	1,36	6,18			3-87
Щи из свежей капусты с мясом	439	1/250	1/300	14,6	3,3	26,7	274	18,25	4,12	33,3	350,8	17-01
Котлета	608	1/80	1/100	12,44	9,24	12,56	183,00	15,55	11,55	15,7	228,75	21-99
Гороховое каша	50	1/150	1/200	46,3	3,5	18,8	170	61,73	4,6	25,06	226,6	7-93
Чай с сахаром	943	1/200	1/200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,2	0,00	14,00	28	2-20
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
				<b>79,56</b>	<b>20,71</b>	<b>79,22</b>	<b>856,68</b>	<b>105,01</b>	<b>27,89</b>	<b>90,82</b>	<b>1051,35</b>	
<b>Всего:</b>				<b>100,03</b>	<b>42,12</b>	<b>124,28</b>	<b>1250,88</b>					<b>57-15</b>
Стоимость обеда												

Повар Шлы

Завхоз Шлы

Мед. сестра Воронина