



СВЕРЖДАЮ
Директор школы

С.Ю. Котелкина

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 03 октября 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, к кал	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	
3 день												
ЗАВТРАК												
Суп молочный с макаронными изделиями	93	1/200		5,75	5,21	18,84	145,20					17-26
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-85
Сыр порционный	42	1/25		4,64	5,90	0,00	72,80					22-29
Масло сливочное	41	1/10		0,00	8,20	0,10	75,00					9-38
Чай с сахаром	943	1/200		0,20	0,00	14,00	28,00					3-20
Нектарины	338	1/102		0,6	0,6	14,64	66,34					31-91
				13,59	20,71	64,28	473,04					
Стоимость завтрака												88-89
ОБЕД												
Салат из белокочанной капусты	79	1/100	1/100	1,56	3,00	1,86	41,4	2,6	5,00	3,10	69,00	1-00
Щи из свежей капусты	439	1/250	1/300	14,6	3,3	26,7	274,00	18,25	4,12	33,3	350,8	17-01
Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	486	1/85	1/100	15,72	8,90	7,40	170,00	16,05	9,85	8,35	194,00	44-70
Картофельное пюре	694	1/150	1/200	3,15	7,95	22,05	112,50	4,20	10,60	29,40	150,00	5-24
Кисель	10	1/200	1/200	0,0	0,00	18,00	60,00	0,00	0,00	18,00	60,0	5-52
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
				40,23	24,11	78,05	786,39	49,02	31,01	94,91	1041	
Всего:												
Стоимость обеда												77-62

Повар Александр

Завхоз Людмила

Мед. сестра Елена