

УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы
 С.Ю. Котелкина



МЕНЮ
 МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
 На 05 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, ккал | белки | жиры | углеводы | энергетическая ценность, ккал | |
| 5 день | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Макароны отварные с сыром | 204 | 1/200 | | | | | | | | | | |
| Чай с сахаром | 943 | 1/200 | | 1,52 | 0,16 | 5,36 | 28,8 | | | | | 40-57 |
| Масло сливочное | 41 | 1/10 | | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | | | | | 3-20 |
| Хлеб пшеничный | 8 | 1/40 | | 2,4 | 0,8 | 16,7 | 85,7 | | | | | 9-38 |
| Фрукт яблоко | 338 | 1/201 | | 0,6 | 0,6 | 14,64 | 66,34 | | | | | 4-85 |
| Всего: | | | | 4,72 | 9,76 | 50,8 | 283,84 | | | | | 30-89 |
| Стоимость завтрака | | | | | | | | | | | | 88-89 |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидор с луком | 14 | 1/100 | 1/100 | 0,68 | 3,71 | 2,83 | 47,46 | 2,6 | 6,18 | 4,72 | 69,00 | 4-22 |
| Суп крестьянский с пшеном | 201 | 1/250 | 1/300 | 5,99 | 7,54 | 15,53 | 148,28 | 7,48 | 9,4 | 19,4 | 185,35 | 19-13 |
| Гуляш с куриным мясом | 591 | 1/100 | 1/100 | 23,80 | 19,52 | 5,74 | 203,00 | 23,80 | 19,52 | 5,74 | 203,00 | 41-32 |
| Рис отварной | 304 | 1/150 | 1/200 | 8,73 | 14,61 | 75,0 | 447,70 | 11,64 | 19,48 | 100,0 | 596,94 | 9-95 |
| Компот из свежих плодов | 859 | 1/200 | 1/200 | 0,20 | 0,20 | 22,30 | 110,00 | 0,2 | 0,2 | 22,3 | 110,00 | 6-50 |
| Хлеб ржаной | 7 | 1/80 | 1/120 | 1,9 | 0,96 | 2,1 | 144,8 | 7,92 | 1,44 | 2,76 | 217,2 | 4-15 |
| Всего: | | | | 41,30 | 46,54 | 123,50 | 1101,24 | 52,17 | 62,7 | 154,92 | 1389,59 | |
| Стоимость обеда | | | | 46,02 | 56,30 | 174,3 | 1385,08 | | | | | 81-85 |

Повар *[Signature]*

Завхоз *[Signature]*

Мед. сестра *[Signature]*