

УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы _____ С.Ю. Котелкина



МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 19 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		1,52	0,16	5,36	28,8						40-57
Чай с сахаром	943	1/200		0,20	0,00	14,00	28,00						3-20
Масло сливочное	41	1/10		0,00	8,20	0,10	75,00						9-38
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7						4-85
Фрукт яблоко	338	1/201		0,6	0,6	14,64	66,34						30-89
Всего:				4,72	9,76	50,8	283,84						
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 Мур

Завхоз Сит

Мед. сестра Ирина