

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор школы \_\_\_\_\_  
 Ю. Котелкина



**МЕНЮ**  
**МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского**  
**на 23 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	
<b>7 день</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каша «Дружба»	11	200		6,32	10,18	26,34	223,16					17-95
Пряник	773	1/50		5,0	10,5	9,5	150,0					11-96
Фрукт груша	338	1/107		0,6	0,6	14,64	66,34					30-93
Сок	389	1/200		1,0	0,0	20,2	84,8					23-20
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-85
				<b>15,32</b>	<b>22,08</b>	<b>87,38</b>	<b>610,0</b>					
<b>Стоимость завтрака</b>												<b>88-89</b>
<b>ОБЕД</b>												
Салат из свежих огурцов	10	1/60	1/100	0,46	3,65	1,43	56,88	0,77	6,08	12,38	67,30	5-95
Борщ со свежей.капустой	137	1/250	1/300	1,8	5,0	15,9	258,5	2,16	6	19,08	310,2	18-05
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
Гречка рассыпчатая	679	1/150	1/200	7,46	5,61	35,84	230,45	9,94	7,48	47,78	307,26	8-92
Кисель	10	1/200	1/200	0,00	0,00	18,00	60,00	0,00	0,00	18	60	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
				<b>38,72</b>	<b>34,74</b>	<b>79,07</b>	<b>953,63</b>	<b>44,59</b>	<b>40,52</b>	<b>105,74</b>	<b>1164,96</b>	<b>83-91</b>
<b>Всего:</b>				<b>54,04</b>	<b>56,82</b>	<b>166,45</b>	<b>1563,63</b>					
<b>Стоимость обеда</b>												

Повар Мур

Завхоз Лев

Мед. сестра Вероника