

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы



С.Ю. Котелкина

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 16 ноября 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	
8 день												
ЗАВТРАК												
Каша овсяная молочная	17	1/200		6,35	8,51	21,86	187					23-94
Киви	338	1/66		0,6	0,6	14,64	66,34					12-45
Какао с молоком	959	1/200		3,52	3,72	25,49	145,20					30-10
Сыр порционный	42	1/20		6,96	8,85	0,00	109,20					17-55
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-85
				19,83	22,48	78,68	593,44					
Стоимость завтрака												
ОБЕД												
Салат «Пестрый»	31	1/80	1/100	0,8	3,6	8,6	70	1,0	4,5	10,8	88,0	2-60
Суп рисовый с мясом	204	1/250	1/300	6,18	3,30	14,65	113,00	7,41	3,96	17,58	135,6	9-90
Макароны отварные	688	1/150	1/200	5,10	7,50	28,50	202,50	6,8	10,00	38,00	270,0	6-87
Котлета	608	1/80	1/100	12,44	9,24	12,56	183,00	15,55	11,55	15,7	228,75	23-30
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	1,4	2,76	217,2	4-15
				29,92	24,60	80,41	741,30	38,88	31,45	98,84	967,55	
Всего:				49,75	47,08	159,09	1334,74					49-02
Стоимость обеда												

Повар

Сидорова

Завхоз

Сидорова

Мед. сестра

Сидорова