



УТВЕРЖАЮ
Директор школы

С.Ю. Котелкина

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 19 января 2024

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, к кал	
9 день												
ЗАВТРАК												
Каша рисовая вязкая мол.с маслом и сахаром	168	1/210		3,09	4,07	36,97	197,0				20-00	
Кофейный напиток с молоком	395	1/200		2,85	2,41	14,36	91				9-64	
Печенье	773	1/7	1/100	5,0	10,5	9,5	150,0				1-86	
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7				4-00	
Стоимость завтрака				13,34	17,78	77,53	523,7				35-50	
ОБЕД												
Салат из белокочанной капусты	79	1/60		1,56	3,00	1,86	41,4				3-51	
Суп гороховый	138	1/250		5,14	5,45	26,91	413,70				17-23	
Картофельное пюре	694	1/150		15,72	8,90	7,40	170,00				13-88	
Рыба тушенная в соусе с овощами	486	<i>1/95</i>		3,15	7,95	22,05	112,5				52-03	
Чай с лимоном	868	1/200		4,51	1,14	7,71	112,55				4-99	
Хлеб пшеничный, ржаной.	8/7	1/30, 1/20		7,6	1,76	18,8	230,5				5-80	
				37,68	28,2	84,73	935,85					
Всего:				51,02	45,98	162,26	1459,55				97-44	

Повар *Александр*

Завхоз *Светлана*

Мед. сестра *Роза*