



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

С.Ю. Котелкина

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
на 22 января 2024 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	углевод ы	энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углево ды	энергети ческая ценность, ккал	
10 день												
ЗАВТРАК												
Каша пшеничная молочная с маслом и сахаром	168	1/200		9,5	9,6	44,1	292,10				16-90	
Чай с сахаром	945	1/200		1,4	1,6	16,4	86,00				2-20	
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7				4-00	
Сыр	42	1/20		6,96	8,85	0,00	109,20				12-40	
Стоймость завтрака				20,26	20,85	77,2	573				35-50	
ОБЕД												
Помидоры свежие порционные	14	1/28		0,68	3,71	2,83	47,46				7-47	
Борщ из свежей капусты	137	1/250		1,80	5,00	15,9	258,50				16-22	
Плов с мясом	304	1/150		25,62	15,12	36,03	355,96				59-95	
Кисель	389	1/200		0	0,00	13,5	46,50				8-00	
Хлеб ржаной	7	1/20		5,2	0,96	2,1	144,8				2-73	
Хлеб пшеничный	8	1/30		2,4	0,8	16,7	85,7				3-07	
Всего:				55,96	46,44	164,26	1511,92				97-44	

Повар Алеу

Завхоз Алеу

Мед. сестра Алеу