



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

С.Ю. Котелкина

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Т. Белинского
 На 25 января 2024 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 12-18 лет	Выход, г. 7-11 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-18 лет				
				белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	
3 день ЗАВТРАК												
Пряник	773		1/100	5,0	10,5	9,5	150,0					
Кисель	10		1/200	0,00	0,00	18	60					16-50
<i>Всего:</i>				<i>5,0</i>	<i>10,5</i>	<i>27,5</i>	<i>210</i>					5-52
ОБЕД												
Салат из белокочанной капусты	79	1/100						2,6	5,00	3,10	69,00	2-42
Щи из свежей капусты	439	1/250						18,25	4,12	33,3	350,8	17-80
Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	486	1/75						16,05	9,85	8,35	194,00	33-82
Картофельное пюре	694	1/150						4,20	10,60	29,40	150,00	5-56
Чай с сахаром	10	1/200						0,20	0,00	14,00	28,0	2-20
Хлеб ржаной.	7	1/50						7,92	1,44	2,76	217,2	3-10
								49,22	31,01	90,91	1009	
Итого:												
Стоимость полдника												
												64-90

Повар *Алекс*

Завхоз *Лет*

Мед. сестра *Котелкина*