

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

С.Ю. Котелкина



**МЕНЮ**  
**МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского**  
**На 29 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	углеводы	энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	
<b>5 день</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Макароны отварные с сыром	204	1/200		1,52	0,16	5,36	28,8					22-38
Чай с сахаром	943	1/200		0,20	0,00	14,00	28,00					2-20
Масло сливочное	41	1/10		0,00	8,20	0,10	75,00					6-92
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-00
<b>Всего:</b>				<b>4,12</b>	<b>9,16</b>	<b>36,16</b>	<b>217,5</b>					
<b>Стоимость завтрака</b>											35-50	
<b>ОБЕД</b>												
Помидоры порционные.	14	1/28		0,68	3,71	2,83	47,46					7-47
Суп крестьянский с пшеном	201	1/250		5,99	7,54	15,53	148,28					8-26
Гуляш с куриным мясом	591	1/100		23,80	19,52	5,74	203,00					53-21
Рис отварной	304	1/150		8,73	14,61	75,0	447,70					14-43
Компот из свежих плодов	859	1/200		0,20	0,20	22,30	110,00					8-27
Хлеб пшеничный	8	1/30		2,4	0,8	16,7	85,7					3,07
Хлеб ржаной	7	1/20		5,2	0,96	2,1	144,8					2,73
<b>Всего:</b>				<b>47,0</b>	<b>47,34</b>	<b>140,2</b>	<b>1186,24</b>					
<b>Стоимость обеда</b>											97-44	

Повар

Завхоз

Мед. сестра