



Утверждаю
 Директор МОУ СОШ №1 г. Белинского Пензенской области
 им. В.Г. Белинского
 Котелкина С.Ю.

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

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ				Цена
			7-11 лет				
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
10 день							
Завтрак							
Каша пшеничная молочная с маслом и сахаром	168	1/200	9,50	9,60	44,10	292,10	16,9
Чай с сахаром	943	1/200	0,20	0,00	14,00	28,00	2,2
Сыр	42	1/20	4,64	5,90	0,00	72,80	12,4
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	0,30	12,60	64,20	4
Всего:			16,74	15,80	70,70	457,10	35,5
Обед							
Салат из свеклы с зел.горош.	34	1/60	1,00	2,51	4,92	46,26	6,19
Борщ из свежей капусты	137	1/250	1,80	5,00	15,90	258,50	17,5
Плов из куриной грудки	304	1/150	25,62	15,12	36,03	350,96	59,95
Кисель	10	1/200	0,00	0,00	18,00	60,00	8
Хлеб пшеничный	8	1/30	2,40	0,30	12,60	64,20	3,07
Хлеб ржаной	7	1/20	1,90	0,30	20,00	86,00	2,73
Всего:			32,72	23,23	107,45	865,92	97,44
Полдник							
Компот из свеж.плодов	859	1/200	0,20	0,20	22,30	110,00	5,7
Вафли		1/100	5,00	28,00	64,00	530,00	24,6
Всего:			5,20	28,20	86,30	640,00	30,3
Итого за день			54,66	67,23	264,45	1963,02	
Повар			Завхоз		Мед. сестра		