



МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
 На 12 марта 2024 года.

Котелкина С.Ю.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
4 день							
Завтра							
Каша молочная вязкая манная	168	1/210	4,52	4,07	35,46	197,00	
Сыр порционный	42	1/15	6,96	8,85	0,00	109,20	
Чай с лимоном	868	1/200	4,51	1,14	7,71	112,55	
Хлеб пшеничный	8	1/40	1,20	0,15	6,30	32,10	
Всего:			17,19	14,21	49,47	450,85	
Обед							
Салат из помидоров с растительным маслом	14	1/60	0,68	3,71	2,83	47,46	
Бульон куриный с лапшой	143	1/250	18,94	8,40	7,80	22,73	
Тефтели	286	1/100	24,01	15,71	18,33	269,99	
Гречка рассыпчатая с маслом	679	1/150	7,46	5,61	35,84	230,45	
Компот из с/фруктов	868	1/200	0,04	0,00	24,76	94,20	
Хлеб пшеничный	8	1/30	1,20	0,15	6,30	32,10	
Хлеб ржаной	7	1/20	1,90	0,30	20,00	86,00	
Всего:			54,23	33,88	115,86	782,93	
Полдник							
Чай с сахаром	943	1/200	0,20	0,00	14,00	28,00	
Масло сливочное	41	1/10	0,00	8,20	0,10	75,00	
Хлеб пшеничный	8	1/30	1,20	0,15	6,30	32,10	
			1,40	8,35	20,40	135,10	
Итого за день			55,63	42,23	136,26	918,03	
Повар			Завхоз			Мед. сестра	