



**МЕНЮ**  
**МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского**  
**На 13 марта 2024 года.**

Котелкина С.Ю.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ				Цена
			7-11 лет				
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
<b>5 день</b>							
Макаронные изделия с тертым сыром	202	1\200	1,52	0,16	5,36	28,80	
Чай с сахаром	943	1\200					22,38
Масло сливочное	41	1\10	0,20	0,00	14,00	28,00	2,2
Хлеб пшеничный	8	1\30	0,00	8,20	0,10	75,00	6,92
<b>Всего:</b>			<b>1,20</b>	<b>0,15</b>	<b>6,30</b>	<b>32,10</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>			<b>2,92</b>	<b>8,51</b>	<b>25,76</b>	<b>163,90</b>	<b>35,5</b>
Винегрет	45	1\60					
Суп крестьянский	201	1\250	0,82	3,71	5,06	56,88	5,61
Рыба тушеная в томат. соусе с овощами	486	1\100	5,99	7,54	15,53	148,28	4,64
Рис отварной	304	1\150	16,05	9,85	8,35	194,00	58,7
Компот из свежих яблок	859	1\200	8,73	14,61	75,00	447,70	14,42
Хлеб пшеничный	8	1\30	0,20	0,20	22,30	110,00	8,27
Хлеб ржаной	7	1\20	1,20	0,15	6,30	32,10	3,07
<b>Всего:</b>			<b>1,90</b>	<b>0,30</b>	<b>20,00</b>	<b>86,00</b>	<b>2,73</b>
<b>Полдник</b>			<b>34,89</b>	<b>36,36</b>	<b>152,54</b>	<b>1074,96</b>	<b>97,44</b>
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
<b>Всего:</b>			<b>5,20</b>	<b>28,20</b>	<b>86,30</b>	<b>640,00</b>	<b>30,3</b>
<b>Итого за день</b>			<b>43,01</b>	<b>73,07</b>	<b>264,60</b>	<b>1878,86</b>	
Повар <i>С.Ю. Котелкина</i>			Завхоз <i>С.Ю. Котелкина</i>				Мед. сестра <i>С.Ю. Котелкина</i>