



МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 18 марта 2024 года.

Котелкина С.Ю.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
8 день							
Завтрак							
Каша овсяная молочная	17	1\200					
Сыр	42	1\20	6,35	8,51	21,86	187,00	
Хлеб пшеничный	8	1\40	6,96	8,85	0,00	109,20	
Чай с сахаром	943	1\200	2,40	0,30	12,60	64,20	
Всего:			0,20	0,00	14,00	28,00	
Обед			15,91	17,66	48,46	388,40	
Салат пестрый	31	1\60	0,80	3,60	8,60	70,00	
Суп рисовый с мясом	204	1\250	6,18	3,30	14,65	113,00	
Макароны отварные	688	1\150	5,10	7,50	28,50	202,50	
Гуляш из куриной грудки	591	1\100	23,80	19,52	5,74	203,00	
Компот из сухофруктов	868	1\200	0,40	0,00	24,76	94,20	
Хлеб пшеничный	8	1\30	2,40	0,30	12,60	64,20	
Хлеб ржаной		1\20	1,90	0,30	20,00	86,00	
Всего:			40,58	34,52	114,85	832,90	
Полдник							
Пряник		1\100	5,50	6,00	75,00	380,00	
Компот из сухофруктов	868	1\200	0,40	0,00	24,76	94,20	
Всего:			5,90	6,00	99,76	474,20	
Итого за день			62,39	58,18	263,07	1695,50	
Повар			Завхоз			Мед. сестра	