

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 20 марта 2024 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ				Цена
			7-11 лет				
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
<b>10 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша пшенная 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
<b>Всего:</b>			<b>16,74</b>	<b>15,80</b>	<b>70,70</b>	<b>457,10</b>	<b>35,5</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Всего:</b>			<b>32,72</b>	<b>23,23</b>	<b>107,45</b>	<b>865,92</b>	<b>97,44</b>
<b>Полдник</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>54,66</b>	<b>67,23</b>	<b>264,45</b>	<b>1963,02</b>	
Повар <i>С.Ю.</i>			Завхоз <i>С.Ю.</i>		Мед. сестра <i>С.Ю.</i>		