

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 4 октября 2024 года.

на 4 октября 2024 года.									
Наименование блюда, напиток	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ						Цена
			7-11 лет						
			белки	жиры	углеводы	Ккал			
5 день									
Макаронные изделия с тертым сыром	202	1\200	1,52	0,16	5,36	28,80		31,4	
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00		2,1	
Масло сливочное	41	1\10	0,00	8,20	0,10	75,00		7,96	
Хлеб пшеничный	8	1\40	2,40	0,80	16,70	85,70		4	
Всего:			4,12	9,16	36,16	217,50		45,46	
Обед									
Винегрет	45	1\60	0,82	3,71	5,06	56,88		6,21	
Суп крестьянский	201	1\250	5,99	7,54	15,53	148,28		2,26	
Рыба тушеная в томат. соусе с овощами	486	1\100	16,05	9,85	8,35	194,00		58,07	
Рис отварной	304	1\150	8,73	14,61	75,00	447,70		14,42	
Компот из свежих плодов	859	1\200	0,20	0,20	22,30	110,00		10,68	
Хлеб пшеничный	8	1\30	1,80	0,6	12,52	64,27		3,07	
Хлеб ржаной	7	1\20	1,30	0,24	0,52	36,20		2,73	
Всего:			34,89	36,15	138,76	1057,33		97,44	
Полдник									
Компот из свеж.плодов	859	1\200	0,20	0,20	22,30	110,00		7,37	
Вафли		1\100	5,00	28,00	64,00	530,00		24,6	
Всего:			5,20	28,20	86,30	640,00		31,97	
Итого за день			44,21	73,51	261,22	1914,83			
Повар	ally		Завхоз			Мед. сестра			