

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 11 октября 2024 года.

| Наименование блюда, напитков | № рецептуры | выход 7-11 | содержание основных питательных веществ | | | | Цена |
|--|-------------|------------|---|--------------|---------------|----------------|--------------|
| | | | 7-11 лет | | | | |
| | | | белки | жиры | углеводы | Ккал | |
| 10 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Каша пшеничная молочная с маслом и сахаром | 168 | 1/200 | 9,50 | 9,60 | 44,10 | 292,10 | |
| Чай с сахаром | 943 | 1\200 | | | | | 18,20 |
| Сыр | 42 | 1\20 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 2,1 |
| Хлеб пшеничный | | 1\40 | 4,64 | 5,90 | 0,00 | 72,80 | 13,3 |
| | | | 2,40 | 0,30 | 12,60 | 64,20 | 4 |
| Всего: | | | 16,74 | 15,80 | 70,70 | 457,10 | 37,6 |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из свеклы с зеленым горош. | 34 | 1\60 | 1,00 | 2,51 | 4,92 | 46,26 | |
| Борщ из свежей капусты | 137 | 1/250 | 1,80 | 5,00 | 15,90 | 258,50 | 4,23 |
| Плов из куриной грудки | 304 | 1/150 | 25,62 | 15,12 | 36,03 | 350,96 | 17,49 |
| Кисель | 10 | 1/200 | 0,00 | 0,00 | 18,00 | 60,00 | 61,92 |
| Хлеб пшеничный | 8 | 1\30 | 1,80 | 0,6 | 12,52 | 64,27 | 8 |
| Хлеб ржаной | 7 | 1\20 | 1,30 | 0,24 | 0,52 | 36,20 | 3,07 |
| Всего: | | | 31,52 | 22,87 | 87,37 | 816,19 | 2,73 |
| 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 | | | 53,46 | 66,87 | 244,37 | 1913,29 | |
| Повар | | | Завхоз | | Мед. сестра | | |