

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 28 ноября 2024 года.

7

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
				7-11 лет				
				белки	жиры	углеводы	Ккал	
7 день								
Завтрак								
Каша "Дружба"	11	200		6,32	10,18	26,34	223,60	16,50
Сок	693	1/200		1,00	0,00	21,20	88,00	16
Хлеб пшеничный	8	1\40		2,40	0,80	16,70	85,70	4
Всего:				9,72	10,98	64,24	397,30	36,5
Обед								
Салат из свеж.огурц.	13	1\60		0,46	3,65	1,43	40,38	8,82
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137	1/250		1,80	5,00	15,90	258,50	25,14
Тефтели	462	1/100		10,42	15,23	12,08	201,60	37,79
Гречка рассыпчатая	679	1/150		7,46	5,61	35,84	230,45	11,89
Кисель	10	1/200		0,00	0,00	18,00	60,00	8
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:				23,24	29,73	95,77	891,40	97,44
Полдник								
Хлеб пшеничный	8	1\30		2,40	0,80	16,70	85,70	3,04
Сыр порционный	42	1\30		4,64	5,90	0,00	72,80	19,95
Чай с сахаром	943	1\200		20,00	0,00	14,00	28,00	2,10
Всего:				27,04	6,70	30,70	186,50	25,09
Итого за День				50,28	36,43	126,47	1077,90	
Повар <i>С.Ю.</i>				Завхоз <i>С.Ю.</i>			Мед. сестра <i>С.Ю.</i>	