



Котелкина С.Ю..

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского

На 09 января 2025 года

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	выход 11-18	содержание основных питательных веществ						Цена	
				7-11 лет			12-18 лет				
1 день				белки	жиры	углеводы	Ккал	белки	жиры	углеводы	Ккал
завтрак											
Каша гречневая рассыпчатая со слив.мас.	679	1\150		7,46	5,61	35,84	230,45				
Сыр порционный	42	1\30		4,64	5,90	0,00	72,80				9,95
Чай с сахаром	943	1\200		0,20	0,00	14,00	28,00				19,95
											2,1
Хлеб пшеничный	8	1\40		2,40	0,80	16,70	85,70				
Всего:				14,70	12,31	66,54	416,95				4
обед											36,00
Салат из моркови с яблоком и курагой	7	1\60		0,59	3,50	6,19	57,07				
Суп гороховый с куриным мясом.	138	1\250		5,14	5,45	26,91	413,70				11,19
Биточки	608	1\100		15,55	11,55	15,70	228,75				23,51
Макароны отварные со слив.мас.	688	1\150		5,10	7,50	28,50	202,50				41,3
Компот из смеси сухофруктов	868	1\200		0,04	0,00	24,76	94,20				10,39
Хлеб пшеничный	8	1\30		1,80	0,6	12,52	64,27				7,57
Хлеб ржаной	7	1\20		1,30	0,24	0,52	36,20				3,07
Всего:				29,52	28,24	114,58	1096,69				2,73
полдник											99,76
Сок фруктовый	389	1\200		1,00	0,00	20,20	84,80				
Пряник		1\100		5,50	6,00	75,00	380,00				22
Всего:											16,5
				6,50	6,00	95,20	464,80	0,00	0,00	0,00	38,5
Итого за день				50,72	46,55	276,32	1978,44	0,00	0,00	0,00	0,00
Повар				Завхоз				Мед. сестра			