



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 января 2025 года.

Наименование блюда, напиток	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ							Цена	
			7-11 лет								
			белки	жиры	углеводы	Ккал					
8 день											
Завтрак											
Каша овсяная молочная	17	1\200	6,35	8,51	21,86	187,00				17,9	
Сыр	42	1\20	6,96	8,85	0,00	109,20				13,3	
Хлеб пшеничный	8	1\40	2,40	0,80	16,70	85,70				4	
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00				2,1	
Всего:			15,91	18,16	52,56	409,90				37,3	
Обед											
Салат пестрый	31	1\80	0,80	3,60	8,60	70,00				6,33	
Суп рисовый с куриным мясом.	204	1\250	6,18	3,30	14,65	113,00					
Макаронны отварные	688	1\150	5,10	7,50	28,50	202,50				16,32	
Гуляш из куриной грудки	591	1\100	23,80	19,52	5,74	203,00				10,39	
Компот из сухофруктов	868	1\200	0,04	0,00	24,76	94,20				53,35	
Хлеб пшеничный	8	1\30	1,80	0,6	12,52	64,27				7,57	
Хлеб ржаной		1\20	1,30	0,24	0,52	36,20				3,07	
Всего:			39,02	34,16	94,77	783,17				2,73	
Полдник											
Пряник		1\100	5,50	6,00	75,00	380,00					
Компот из сухофруктов	868	1\200	0,40	0,00	24,76	94,20				16,5	
Всего:			5,90	6,00	99,76	474,20				5,32	
Итого за день			60,83	58,32	247,09	1667,27				21,82	
Повар			Завхоз								
										Мед. сестра	