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 29 января 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11		содержание основных питательных веществ								
				7-11 лет								
				белки	жиры	углеводы	Ккал					Цена
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 с куриным мясом.	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					13
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**					99,76
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_____				Завхоз_____				Мед. сестра_____				