



Утверждено  
 Директор МОУ СОШ №1 г. Велинского Пензенской области  
 им. В.Г. Веллинского  
 Котелкина С.Ю.

**МЕНЮ**  
 МОУ СОШ № 1 г. Велинского Пензенской области им. В.Г. Веллинского  
 На 03 февраля 2025 года.

Наименование блюда, напиток	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ				Цена	
			белки	жиры	углеводы	ккал		
<b>8 день</b>								
<b>Завтрак</b>								
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	
<b>Всего:</b>			<b>15,91</b>	<b>18,16</b>	<b>52,56</b>	<b>409,90</b>	<b>37,3</b>	
<b>Обед</b>								
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	16,32	
Макаронные отварные	688	1/150	5,10	7,50	28,50	202,50	10,39	
Гуляш из куриной грудки	591	1/100	23,80	19,52	5,74	203,00	53,35	
Компот из сухофруктов	868	1/200	0,04	0,00	24,76	94,20	7,57	
Хлеб пшеничный	8	1/30	1,80	0,6	12,52	64,27	3,07	
Хлеб ржаной		1/20	1,30	0,24	0,52	36,20	2,73	
<b>Всего:</b>			<b>39,02</b>	<b>34,16</b>	<b>94,77</b>	<b>783,17</b>	<b>99,76</b>	
<b>Полдник</b>								
Пряник		1/100	5,50	6,00	75,00	380,00	16,5	
Компот из сухофруктов	868	1/200	0,40	0,00	24,76	94,20	5,32	
<b>Всего:</b>			<b>5,90</b>	<b>6,00</b>	<b>99,76</b>	<b>474,20</b>	<b>21,82</b>	
Итого за День			<b>60,83</b>	<b>58,32</b>	<b>247,09</b>	<b>1667,27</b>		
Повар	<i>Шуль</i>		Завхоз	<i>Олей</i>		Мед. сестра	<i>Котелкина</i>	