



Котелкина С.Ю.

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 28 февраля 2025 года.

Наименование блюд, напитков	Рецептуры	выход 7-11	выход 11-18	содержание основных питательных веществ					Цена
				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 моркови с яблоками с р/м	8	1/60		0,58	1,33	4,61	33,37		4,71
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137	1/250		1,80	5,00	15,90	258,50		31,57
Тфтели	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:				23,36	27,41	98,95	884,39		99,76
Подлинк									
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		
Итого за День				50,40	34,11	129,65	1070,89		25,09
Повар				Завхоз					