

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
на 05 декабря 2022



С.Ю. Котелкина

Наименование блюда, напитков		№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 12-18 лет	Содержание основных питательных веществ							Цена
					7-11 лет			12-18 лет				
					белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал
9 день												
ЗАВТРАК												
Каша рисовая вязкая мол.с маслом и сахаром	168	1/210			3,09	4,07	36,97	197,0				27,47
Печенье	773	1/100			5,0	10,5	9,5	150,0				31,30
Фрукт киви	338	1/73			0,6	0,6	14,64	66,34				14,45
Чай	943	1/200			0,20	0,00	14,00	28,00				2,93
Хлеб пшеничный	8	1/40			2,4	0,8	16,7	85,7				4,76
					11,29	15,97	91,81	527,04				
Стоимость завтрака												80,91
ОБЕД												
Салат из свежих помидор с луком	14	1/60	1/100		0,68	3,71	2,83	47,46	1,13	6,18	4,72	79,10
Суп гороховый	138	1/250	1/300		5,14	5,45	26,91	413,70	6,4	6,8	35,34	517,12
Сосиска	536	1/75	1/75		7,8	15,00	15,90	168,0	7,8	15,00	15,90	168,0
Картофельное пюре	694	1/150	1/200		3,15	7,95	22,05	112,50	4,2	10,60	29,40	150,00
Компот из сухофруктов	868	1/200	1/200		0,04	0,00	24,76	94,20	0,4	0,00	24,76	94,2
Хлеб ржаной	7	1/80	1/120		5,2	0,96	2,1	144,8	7,92	1,44	2,76	217,2
					22,01	33,07	94,55	980,66	27,85	40,02	112,88	1225,6
Всего:					33,3	49,04	186,36	1507,7				66-78
Стоимость обеда												

Повар *def*

Завхоз *def*

Мед. сестра *def*