

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 12 декабря 2022 года.



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, ккал	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал		
4 день													
ЗАВТРАК													
Каша молочная вязкая манная	168	1/210		4,52	4,07	35,46	197,00						15-12
Масло сливочное	41	1/10		6,96	8,85	0,00	109,20						9-24
Какао с молоком	959	1/200		3,52	3,72	25,49	145,20						28-38
Фрукт Яблоко	338	1/210		0,00	8,20	0,10	75,00						23-41
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7						4-76
				17,40	25,64	77,75	612,10						
Стоимость завтрака													80-91
ОБЕД													
Салат из огурцов и помидоров с р/м	15	1/60	1/100	0,59	3,69	2,24	44,52	0,98	6,15	3,73	74,2		6-95
Суп лапша с курицей	86	1/250	1/300	32,39	9,84	152,44	827,75	40,48	12,3	190,55	1034,68		14-72
Тефтели	462	1/80	1/100	8,8	13,06	9,66	191,33	10,42	15,23	12,08	201,6		19-43
Гречка рассыпчатая с маслом	679	1/150	1/120	7,46	5,61	35,84	230,45	9,94	7,48	47,78	307,26		7-78
Компот из с/фруктов	868	1/200	1/200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,04	0,00	24,76	94,2		5-22
Хлеб ржаной	7	1/80	1/120	5,2	0,96	2,1	144,8	7,92	1,44	2,76	217,2		4-12
				54,48	33,18	227,04	1533,05	69,78	42,60	281,66	1929,14		
Всего:				71,88	58,82	304,79	2145,15						
Стоимость обеда													58-22

Повар *Иль*

Завхоз *Иль*

Мед. сестра *С.Ю. Котелкина*