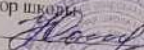
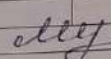
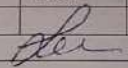


МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
на 19 января 2023

УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы

 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					27-99
Печенье	773	1/100		5,0	10,5	9,5	150,0					33-78
Фрукт киви	338	1/96		0,6	0,6	14,64	66,34					19-48
Чай	943	1/200		0,20	0,00	14,00	28,00					2-82
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-82
				11,29	15,97	91,81	527,04					
Стоимость завтрака												88-89
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	6-36
Суп гороховый	138	1/250	1/300	5,14	5,45	26,91	413,70	6,4	6,8	35,34	517,12	17-37
Рыба тушен. в томатном соусе	486	1/100	1/75	15,72	8,90	7,40	170,00	16,05	9,85	8,35	194,00	41-31
Картофельное пюре	694	1/150	1/200	3,15	7,95	22,05	112,50	4,2	10,60	29,40	150,00	6-50
Компот из сухофруктов	868	1/200	1/200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,4	0,00	24,76	94,2	5-08
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
				29,93	26,97	86,05	982,66	36,1	34,87	96,33	1251,6	
Всего:				41,22	42,94	177,86	1509,7					80-74
Стоимость обеда												
Повар 				Завхоз 				Мед. сестра 