

Утверждаю
 Директор МОУ СОШ №1 г. Белинского Пензенской области
 им. В.Г.Белинского
 Котелкина С.Ю..

МЕНЮ
МОУ СОШ №1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 14 сентября 2026 года.

на 14 сентября 2020 года.											
Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ								Цена
			7-11 лет								
			белки	жиры	углеводы	Ккал					
10 день											
Завтрак											
Каша пшениная молочная с маслом и сахаром	168	1/200	9,50	9,60	44,10	292,10					19,00
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00					2,5
Сыр	42	1\20	4,64	5,90	0,00	72,80					16
Хлеб пшеничный		1\40	2,40	0,30	12,60	64,20					4
Всего:			16,74	15,80	70,70	457,10					41,5
Обед											
Салат из помидоров с луком	14	1\60	0,68	3,71	2,83	47,46					12,07
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137	1/250	1,80	5,00	15,90	258,50					14,5
Плов из куриной грудки	304	1/150	25,62	15,12	36,03	355,96					68,67
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					4,52
Хлеб ржаной	7	1\20	1,30	0,24	0,52	36,20					4,18
Всего:			31,20	24,07	85,28	822,39					111,94
Полдник											
Компот из свеж.плодов	859	1/200	0,20	0,20	22,30	110,00					7,37
Вафли		1\100	5,00	28,00	64,00	530,00					24,6
Всего:			5,20	28,20	86,30	640,00					31,97
Итого за день			53,14	68,07	242,28	1919,49					
Повар			Завхоз				Мед. сестра				