

УТВЕРЖАЮ
 Директор школы
 С.Ю. Котелкина



МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
на 24 января 2023 года.

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	
2 день												
ЗАВТРАК												
Суп молочный пшеничный с маслом и сахаром	94	1/200		5,80	5,48	18,57	146,80					21-12
Фрукт яблоко	338	1/205		0,6	0,6	14,64	66,34					22-88
Кофейный напиток с молоком	395	1/200		2,85	2,41	14,36	91,00					17-45
Сыр	42	1/25		6,96	8,85	0,00	109,20					22-62
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-82
				18,61	18,14	64,27	499,04					
Стоимость завтрака												
ОБЕД												
Салат из свежих помидор	34	1/60	1/100	1,00	2,51	4,92	46,26	1,67	4,18	8,2	77,1	6-36
Рассольник «по-Ленинградски»	132	1/250	1/300	20,93	11,76	33,16	531,20	26,16	14,7	41,45	664	20-23
Плов	304	1/150	1/200	25,62	15,12	36,03	355,96	32,02	18,9	49,7	444,95	36-66
Чай с сахаром	943	1/200	1/200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,20	0,00	14	28,00	1-95
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
				52,95	30,35	90,21	1152,48	71,97	39,22	116,11	1431,25	
Всего:				71,56	48,49	154,48	1651,52					
Стоимость обеда												

Повар Мур

Завхоз Смир

Мед. сестра Ирина