

УТВЕРЖАЮ  
 Директор школы  
 С.Ю. Котелкина



**МЕНЮ**  
 МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского  
 На 27 января 2023 г.

| Наименование блюда,<br>напитков | №<br>рецептуры | Выход, г.<br>7-11 лет | Выход, г.<br>12-18 лет | Содержание основных питательных веществ |              |               |                                     |               |              |               |  | Цена         |
|---------------------------------|----------------|-----------------------|------------------------|---|--------------|---------------|-------------------------------------|---------------|--------------|---------------|--|--------------|
|                                 |                |                       |                        | 7-11 лет                                |              |               |                                     | 12-18 лет     |              |               |  |              |
|                                 |                |                       |                        | белки                                   | жиры         | углеводы      | энергетическая<br>ценность,<br>ккал | белки         | жиры         | углево-<br>ды | энергети-<br>ческая<br>ценность,<br>ккал |              |
| <b>6 день</b>                   |                |                       |                        |   |              |               |                                     |               |              |               |  |              |
| <b>ЗАВТРАК</b>                  |                |                       |                        |   |              |               |                                     |               |              |               |  |              |
| Творожная запеканка             | 80             | 1/160                 |                        | 15,22                                   | 10,0         | 14,8          | 212,50                              |               |              |               |  | 66-62        |
| Кофейный напиток с<br>молоком   | 395            | 1/200                 |                        | 2,85                                    | 2,41         | 14,36         | 91                                  |               |              |               |  | 17-45        |
| Хлеб пшеничный                  | 8              | 1/40                  |                        | 2,4                                     | 0,8          | 16,7          | 85,7                                |               |              |               |  | 4-82         |
|                                 |                |                       |                        | <b>20,47</b>                            | <b>21,41</b> | <b>45,96</b>  | <b>394,2</b>                        |               |              |               |  | <b>88-89</b> |
| Стоимость завтрака              |                |                       |                        |   |              |               |                                     |               |              |               |  |              |
| <b>ОБЕД</b>                     |                |                       |                        |   |              |               |                                     |               |              |               |  |              |
| Винегрет овощной                | 45             | 1/60                  | 1/100                  | 0,82                                    | 3,71         | 5,06          | 56,88                               | 1,36          | 6,18         |               |  | 3-64         |
| Щи из свежей капусты с<br>мясом | 439            | 1/250                 | 1/300                  | 14,6                                    | 3,3          | 26,7          | 274                                 | 18,25         | 4,12         | 33,3          | 350,8                                    | 14-29        |
| Котлета                         | 608            | 1/80                  | 1/100                  | 12,44                                   | 9,24         | 12,56         | 183,00                              | 15,55         | 11,55        | 15,7          | 228,75                                   | 25-81        |
| Гороховое пюре                  | 50             | 1/150                 | 1/200                  | 46,3                                    | 3,5          | 18,8          | 170                                 | 61,73         | 4,6          | 25,06         | 226,6                                    | 7-93         |
| Чай с сахаром                   | 943            | 1/200                 | 1/200                  | 0,20                                    | 0,00         | 14,00         | 28,00                               | 0,2           | 0,00         | 14,00         | 28                                       | 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         |
|                                 |                |                       |                        | <b>79,56</b>                            | <b>20,71</b> | <b>79,22</b>  | <b>856,68</b>                       | <b>105,01</b> | <b>27,89</b> | <b>90,82</b>  | <b>1051,35</b>                           |              |
| <b>Всего:</b>                   |                |                       |                        | <b>100,03</b>                           | <b>42,12</b> | <b>124,28</b> | <b>1250,88</b>                      |               |              |               |  | <b>57-74</b> |
| Стоимость обеда                 |                |                       |                        |   |              |               |                                     |               |              |               |  |              |

Повар

*Слеп*

Завхоз

*Слеп*

Мед. сестра

*Слеп*