

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

С.Ю. Котелкина

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
на 10 февраля 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	
5 день												
ЗАВТРАК												
Макароны отварные с сыром	204	1/200		1,52	0,16	5,36	28,8					43-25
Чай с сахаром	943	1/200		0,20	0,00	14,00	28,00					2-82
Масло сливочное	41	1/10		0,00	8,20	0,10	75,00					9-38
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-82
Фрукт киви	338	1/141		0,6	0,6	14,64	66,34					28-62
Всего:				4,72	9,76	50,8	283,84					
Стоимость завтрака											88-89	
ОБЕД												
Салат витаминный с р/м	01006	1/100	1/100	1,07	15,15	10,34	183,96	1,07	15,15	10,34	183,96	3-48
Суп крестьянский с пшеном	201	1/250	1/300	5,99	7,54	15,53	148,28	7,48	9,4	19,4	185,35	17-23
Гуляш с куриным мясом	591	1/100	1/100	23,80	19,52	5,74	203,00	23,80	19,52	5,74	203,00	37-27
Рис отварной	304	1/150	1/200	8,73	14,61	75,0	447,70	11,64	19,48	100,0	596,94	8-81
Компот из свежих плодов	859	1/200	1/200	0,20	0,20	22,30	110,00	0,2	0,2	22,3	110,00	4-83
Хлеб ржаной	7	1/80	1/120	1,9	0,96	2,1	144,8	7,92	1,44	2,76	217,2	4-12
Всего:				41,69	57,98	131,01	1237,74	52,11	65,19	160,54	1494,45	
Стоимость обеда											75-74	

Повар

С.Ю. Котелкина

Завхоз

С.Ю. Котелкина

Мед. сестра

С.Ю. Котелкина