

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

С.Ю. Котелкина

**МЕНЮ**  
**МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского**  
**на 01 марта 2023 г.**



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	
<b>8 день</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каша овсяная молочная	17	1/200		6,35	8,51	21,86	187					23-47
Мандарины	338	1/79		0,6	0,6	14,64	66,34					14-23
Какао с молоком	959	1/200		3,52	3,72	25,49	145,20					28-56
Сыр порционный	42	1/20		6,96	8,85	0,00	109,20					17-81
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-82
				<b>19,83</b>	<b>22,48</b>	<b>78,68</b>	<b>593,44</b>					88-89
<b>Стоимость завтрака</b>												
<b>ОБЕД</b>												
Салат «Пестрый»	31	1/80	1/100	0,8	3,6	8,6	70	1,0	4,5	10,8	88,0	2-87
Суп рисовый с мясом	204	1/250	1/300	6,18	3,30	14,65	113,00	7,41	3,96	17,58	135,6	8-83
Макароны отварные	688	1/150	1/200	5,10	7,50	28,50	202,50	6,8	10,00	38,00	270,0	7-23
Котлета	608	1/80	1/100	12,44	9,24	12,56	183,00	15,55	11,55	15,7	228,75	20-68
Чай с сахаром	943	1/200	1/200	0,20	0,00	14,00	28,00	0,2	0,00	14,00	28	1-90
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>29,92</b>	<b>24,60</b>	<b>80,41</b>	<b>741,30</b>	<b>38,88</b>	<b>31,45</b>	<b>98,84</b>	<b>967,55</b>	
				<b>49,75</b>	<b>47,08</b>	<b>159,09</b>	<b>1334,74</b>					45-68
<b>Всего:</b>												
<b>Стоимость обеда</b>												

Повар                     

Завхоз                     

Мед. сестра