

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор школы  
 С.Ю. Котелкина



**МЕНЮ**  
**МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского**  
**На 06 марта 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	
<b>1 день</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каша гречневая рассыпчатая	679	1/150		7,46	5,61	35,84	230,45					11-52
Гуляш	589	1/100		23,80	19,52	5,74	203,00					54-08
Чай с сахаром	943	1/200		0,20	0,00	14,00	28,00					2-76
Сливочное масло	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
Печенье	773	1/18		5,0	10,5	9,5	150,0					6-33
				<b>38,86</b>	<b>44,63</b>	<b>81,88</b>	<b>772,15</b>					88-89
<b>Стоимость завтрака</b>												
<b>ОБЕД</b>												
Салат из квашенной капусты	81	1/60	1/100	1,56	4,99	7,66	83,20	2,6	5,00	3,10	69,00	11-72
Суп гороховый	138	1/250	1/300	5,14	5,45	26,91	413,7	6,16	6,54	32,29	496,44	17-37
Биточки	608	1/100	1/100	15,55	11,55	15,70	228,75	15,55	11,55	15,70	228,75	20-68
Макароны отварные	688	1/150	1/150	5,10	7,50	28,50	202,50	5,10	7,5	28,5	220,5	7-23
Компот из сухофруктов	868	1/200	1/200	0,4	0,00	24,76	94,20	0,4	0,00	24,76	94,20	5-06
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>32,97</b>	<b>30,45</b>	<b>105,63</b>	<b>177,51</b>	<b>37,73</b>	<b>32,03</b>	<b>107,11</b>	<b>1326,09</b>	<b>66-18</b>
				<b>71,93</b>	<b>75,08</b>	<b>187,51</b>	<b>949,66</b>					
<b>Всего:</b>												
<b>Стоимость обеда</b>												

Повар Мур

Завхоз Лиса

Мед. сестра Белая