

УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы _____ С.Ю. Котелкина



МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 13 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	
6 день												
ЗАВТРАК												
Творожная запеканка	80	1/160		15,22	10,0	14,8	212,50					69-51
Кофейный напиток с молоком	395	1/200		2,85	2,41	14,36	91					14-56
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-82
				20,47	21,41	45,96	394,2					
Стоимость завтрака												88-89
ОБЕД												
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 мясом	439	1/250	1/300	14,6	3,3	26,7	274	18,25	4,12	33,3	350,8	17-51
Котлета	608	1/80	1/100	12,44	9,24	12,56	183,00	15,55	11,55	15,7	228,75	20-68
Гороховое каша	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	1-90
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
				79,56	20,71	79,22	856,68	105,01	27,89	90,82	1051,35	
Всего:				100,03	42,12	124,28	1250,88					
Стоимость обеда												55-78

Повар _____

Завхоз _____

Мед. сестра _____