

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

С.Ю. Котелкина



**МЕНЮ**  
**МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского**  
**на 14 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>7 день</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Биточки	608	1/80		12,44	9,24	2,56	183,00					29-98
Рис отварной	304	1/150		8,73	14,61	75,0	447,70					12-77
Фрукт яблоко	338	1/140		0,6	0,6	14,64	66,34					18-12
Сок	389	1/200		1,0	0,0	20,2	84,8					23-20
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-82
				<b>25,17</b>	<b>25,25</b>	<b>129,1</b>	<b>867,54</b>					
<b>Стоимость завтрака</b>												<b>88-89</b>
<b>ОБЕД</b>												
Салат картофельный с зеленым горошком	306	1/50	1/100	0,6	3,1	2,9	41,50	1,2	6,2	5,8	83	1-86
Борщ со свежей капустой	137	1/250	1/300	1,8	5,0	15,9	258,5	2,16	6	19,08	310,2	16-45
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
Гречка рассыпчатая	679	1/150	1/200	7,46	5,61	35,84	230,45	9,94	7,48	47,78	307,26	7-91
Кисель	10	1/200	1/200	0,00	0,00	18,00	60,00	0,00	0,00	18	60	5-52
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>38,86</b>	<b>34,19</b>	<b>80,48</b>	<b>938,25</b>	<b>45,02</b>	<b>40,64</b>	<b>99,16</b>	<b>1180,66</b>	<b>73-13</b>
<b>Всего:</b>				<b>64,03</b>	<b>59,44</b>	<b>209,58</b>	<b>1805,79</b>					
<b>Стоимость обеда</b>												

Повар

*Слеп*

Завхоз

*Слеп*

Мед. сестра

*Васнец*