

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

С.Ю. Котелкина



МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 16 марта 2023

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, к кал	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал	
9 день												
ЗАВТРАК												
Каша рисовая вязкая мол.с маслом и сахаром	168	1/210		3,09	4,07	36,97	197,0					25-76
Печенье	773	1/100		5,0	10,5	9,5	150,0					35-23
Фрукт киви	338	1/100		0,6	0,6	14,64	66,34					20-32
Чай	943	1/200		0,20	0,00	14,00	28,00					2-76
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-82
				11,29	15,97	91,81	527,04					88-89
Стоимость завтрака												
ОБЕД												
Салат из квашенной капусты	81	1/100	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	413,70	6,4	6,8	35,34	517,12	17-37
Рыба тушеная.в томатном соусе	486	1/100	1/75	15,72	8,90	7,40	170,00	16,05	9,85	8,35	194,00	43-15
Картофельное пюре	694	1/150	1/200	3,15	7,95	22,05	112,50	4,2	10,60	29,40	150,00	4-83
Компот из сухофруктов	868	1/200	1/200	0,04	0,00	24,76	94,20	0,4	0,00	24,76	94,2	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
				30,81	28,25	90,88	1018,4	36,12	30,89	103,71	1241,5	86-25
Всего:				42,10	44,22	182,69	1545,44					
Стоимость обеда												

Повар

Степанов

Завхоз

Сидорова

Мед. сестра

Иванова