

УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы
 С.Ю. Котелкина



МЕНЮ
 МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
 На 22 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, к кал	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал	
3 день												
ЗАВТРАК												
Суп молочный с макаронными изделиями	93	1/200		5,75	5,21	18,84	145,20					19-14
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,4	0,8	16,7	85,7					4-82
Сыр порционный	42	1/25		4,64	5,90	0,00	72,80					22-25
Масло сливочное	41	1/10		0,00	8,20	0,10	75,00					9-38
Чай с сахаром	943	1/200		0,20	0,00	14,00	28,00					2-76
Мандарины	338	1/152		0,6	0,6	14,64	66,34					30-54
				13,59	20,71	64,28	473,04					
Стоимость завтрака												88-89
ОБЕД												
Винегрет	45	1/60	1/100	0,82	3,71	5,06	56,88	1,36	6,18	12,38	114,14	3-43
Щи из свежей капусты	439	1/250	1/300	14,6	3,3	26,7	274,00	18,25	4,12	33,3	350,8	17-51
Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	486	1/85	1/100	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	4,20	10,60	29,40	150,00	4-83
Кисель	10	1/200	1/200	0,0	0,00	18,00	60,00	0,00	0,00	18,00	60,0	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
				39,49	24,82	81,31	818,37	47,78	32,19	104,19	1086,14	
Всего:												
Стоимость обеда												78-56

Повар *elleg*

Завхоз *elleg*

Мед. сестра *elleg*