УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
_____ С.Ю. Котелкина

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 24 марта 2023 года._____

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 12-18 лет	Содержание основных питательных веществ								
				7-11 лет				12-18 лет				
				белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	Цена
5 день												
ЗАВТРАК												
Макароны отварные с сыром	204	1/200		1,52	0,16	5,36	28,8					41-89
Чай с сахаром	943	1/200		0,20	0,00	14,00	28,00					2-76
Масло сливочное	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
Фрукт киви	338	1/148		0,6	0,6	14,64	66,34					30-04
Всего:				**4,72**	**9,76**	**50,8**	**283,84**					
Стоимость завтрака												88-89
ОБЕД												
Салат из квашен0й 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 крестьянский с пшеном	201	1/250	1/300	5,99	7,54	15.53	148,28	7,48	9,4	19,4	185,35	17-23
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
Рис отварной	304	1/150	1/200	8,73	14,61	75,0	447,70	11,64	19,48	100,0	596,94	8-81
Компот из свежих плодов	859	1/200	1/200	0,20	0,20	22,30	110,00	0,2	0,2	22,3	110,00	4-83
Хлеб ржаной	7	1/80	1/120	1,9	0,96	2,1	144,8	7,92	1,44	2,76	217,2	4-12
				42,18	**47,82**	**128,33**	**1136,98**	**53,64**	**55,04**	**153,3**	**1379,49**	
Всего:				**46,9**	**57,58**	**179,13**	**15420,82**					
Стоимость обеда												**83-98**

Повар_____ Завхоз _____ Мед. сестра _____