

МЕНЮ

МОУ СОШ №2 г. Белинского Пензенской области им. Р.М.Сазонова

на 16 марта 2023 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  
И.П.Бичкурова

Наименование блюда, напитков	№ реце птур ы	Выхо д, г. 7-11 лет	Выхо д, г. 12-17 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-17 лет				
				белки	жиры	углево ды	Энерге тическ ая ценнос ть	белки	жиры	углевод ы	Энерге тическ ая ценнос ть	
<b>4 ДЕНЬ</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Запеканка творожная	313	130		20,80	21,84	20,71	368					46,72
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					26,10
Чай с сахаром	433	200		0,20	0,05	15,01	57					2,03
Фрукт (банан, яблоко)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					14,04
<b>ИТОГО:</b>				27,70	24,59	76,62	811					88,89
<b>4 ДЕНЬ</b>												
<b>ОБЕД</b>												
Суп картофельный с крупой перловой	119	250	250	2,72	4,54	20,54	137	2,72	4,54	20,54	137	8,86
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	6,78
Куры(голень) отварные	207	100	100	30,56	11,80	1,12	234	30,56	11,80	1,12	234	40,72
✓ Салат пестрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	2,20
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59	0,26	0,05	15,22	59	2,70
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	2,90
<b>ИТОГО:</b>				42,4	26,78	98,5	810,5	45,87	28,02	120,23	922,10	64,22

Повар Евров

Завхоз Алимова

Мед.сестра Олеся