



УТВЕРЖДАЮ
 Директор школы
 /И.П.Бичкурова

МЕНЮ

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

На 21 марта 2023 г.

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	
8 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша манная молочная с маслом	302	210		4,80	8,20	30,40	220					33,37
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					27,14
Компот из яблок и лимоном	509	200		0,50	0,20	22,20	93					5,33
Фрукт (банан)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					23,05
ИТОГО:				14,80	18,90	107,30	668,00					88,89
7 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Щи из свежей капусты со сметаной	142	250	250	2,01	6,48	8,14	99,00	2,01	6,48	8,14	99,00	11,28
Рис отварной	304	200	200	1,64	19,48	100,00	596,94	1,64	19,48	100,00	596,94	8,82
Котлеты рыбные	345	100	100	13,90	2,12	9,60	86	13,90	2,12	9,60	86	34,21
Винегрет овощной	76	100	100	1,30	10,80	6,80	130	1,30	10,80	6,80	130	9,83
Сок абрикосовый	518	200	200	1,00			110	1,00			110	70,00
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	2,90
ИТОГО:				32,13	39,12	139,30	1092,30	32,13	39,12	139,30	1092,30	77,04

Повар Скоп

Завхоз Скимова

Мед.сестра Скоп