

МЕНЮ

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

на 05.04. 2023 г.



Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 12-17 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена	
				7-11 лет				12-17 лет					
				белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность		
1 ДЕНЬ ЗАВТРАК													
Яйцо вареное	300	1		5,10	4,60	0,30	63						12,32
Каша пшеничная молочная	267	200		7,80	9,46	35,80	284						20,36
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						2,12
Фрукт (груша)	112	200		0,72	0,54	18,54	85						27,99
Итого:				19,04	16,35	110,55	730,00						88,89
1 ДЕНЬ ОБЕД													
Суп лапша с курицей	108	250	250	10,00	7,30	15,82	170	10,00	7,30	15,82	170		9,07
Картофельное пюре	443	150	180	3,24	5,6	22,05	156	3,89	6,71	26,46	187		19,80
Котлеты из индейки	195	100	100	43,8	18,26	25,94	282	43,8	18,26	25,94	282		35,53
Салат из квашеной капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20		10,18
Сок абрикосовый	518	200	200	1,00			110	1,00			110		10,00
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10		2,90
ИТОГО:				61,88	36,39	86,23	871,7	64,81	37,74	105,4	972,3		49,48

Повар Ероф

Завхоз Исмаева

Мед.сестра Олеф