

МЕНЮ

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

На 06.09.2023

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  
/И.П.Бичкурова/



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	углевод	Энергетическая ценность	
<b>5 ДЕНЬ</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каша вязкая геркулес. с маслом	321	200		5,55	10,46	23,97	213					30.65
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					24.87
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59					5.00
Фрукт( яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					25.37
<b>ИТОГО:</b>				13,11	20,61	62,59	496					88.89
<b>1 ДЕНЬ</b>												
<b>ОБЕД</b>												
Суп лапша с курицей	108	250	250	10,00	7,30	15,82	170	10,00	7,30	15,82	170	10.24
Картофельное пюре	443	150	180	3,24	5,6	22,05	156	3,89	6,71	26,46	187	12.06
Котлеты из индейки	195	100	100	43,8	18,26	25,94	282	43,8	18,26	25,94	282	43.14
Салат из квашеной капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	10.67
Сок абрикосовый	518	200	200	1,00			110	1,00			110	11.00
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3.00
<b>ИТОГО:</b>				61,88	36,39	86,23	871,7	64,81	37,74	105,4	972,3	90.11

Повар Евг

Завхоз Иванова

Мед.сестра Вас