

МЕНЮ

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

на 07.09. 2023 г.

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	
6 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Омлет	306	200		13,06	26,65	2,82	304,00					78.70
Бутерброд с маслом	478	40		0,20	33,00	0,32	300,00					24.94
Компот из изюма	512	200		0,41		25,16	98,00					15.22
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					30.03
ИТОГО:				14,27	60,25	41,8	773,00					88.89
4 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп картофельный с крупой перловой	119	250	250	2,72	4,54	20,54	137	2,72	4,54	20,54	137	11.15
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	6.76
Куры(голень) отварные	207	100	100	30,56	11,80	1,12	234	30,56	11,80	1,12	234	42.81
Салат пестрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	4.86
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59	0,26	0,05	15,22	59	3.42
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3.00
ИТОГО:				42,4	26,78	98,5	810,5	45,87	28,02	120,23	922,10	72.00

Повар Егор -

Завхоз Акимов

Мед.сестра Рыж