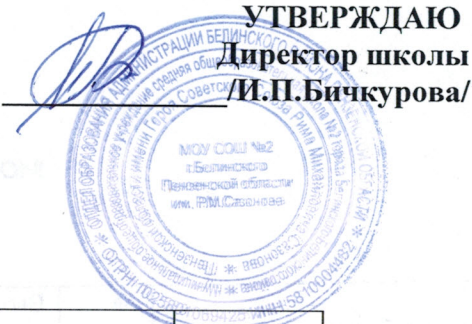


МЕНЮ

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

на 26.09. 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	
10 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша рисовая молочная	330	200		4,98	11,80	32,14	256					25,00
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					29,00
Чай с сахаром и лимоном	434	200		0,26	0,05	15,22	59					5,00
Фрукт (груша)	112	200		0,72	0,54	18,54	85					29,89
ИТОГО:				9,66	14,09	106,80	594,00					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	10,42
Рис отварной	304	200	200	1,64	19,48	100,00	596,94	1,64	19,48	100,00	596,94	10,18
Котлеты рыбные	345	100	100	13,90	2,12	9,60	86	13,90	2,12	9,60	86	41,63
Винегрет овощной	76	100	100	1,30	10,80	6,80	130	1,30	10,80	6,80	130	7,72
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
ИТОГО:				32,13	39,12	139,30	1092,30	32,13	39,12	139,30	1092,30	83,95

Повар Евров

Завхоз Вилмова

Мед.сестра Вася