

МЕНЮ

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

На 02.10. 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	углевод	Энергетическая ценность	
3 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Бутерброд с маслом	478	40		0,20	33,00	0,32	300,00					24,94
Каша гречневая рассыпчатая	445	200		8,75	6,62	43,07	270,00					16,37
Компот из кураги	512	200		1,30		23,76	96,00					17,47
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					30,11
ИТОГО:				10,85	40,22	80,62	737,00					88,89
1 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Борщ со сметаной на к/б	128	250	250	1,96	5,75	10,83	103	1,96	5,75	10,83	103	12,42
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	7,21
Бефстроганов	151	100	100	17,55	12,40	5,68	205	17,55	12,40	5,68	205	53,34
Чай с сахаром	433	200	200	0,20	0,05	15,01	57	0,20	0,05	15,01	57	2,12
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,10
ИТОГО:				28,67	23,42	92,04	647,50	29,76	24,66	99,01	759,10	79,73

Повар Евдокимов

Завхоз Виктор

Мед.сестра Александрова



МЕНЮ

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

На 03.10.2023



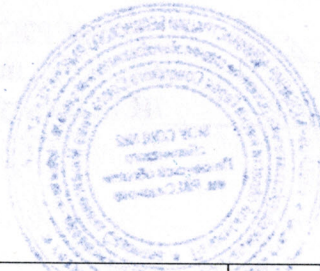
УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
И.П.Бичкурова/

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	углеводы	Энергетическая ценность	
4 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Запеканка творожная	313	200		20,80	21,84	20,71	368					49,14
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					29,00
Чай с сахаром	433	200		0,20	0,05	15,01	57					3,07
Фрукт (банан, яблоко)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					7,68
ИТОГО:				27,70	24,59	76,62	811					88,89
2 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп картофельный с мясными фрикадельками	123	250	250	6,67	6,99	18,45	167	6,67	6,99	18,45	167	19,34
Рагу из птицы	407	200	200	15,77	16,46	18,17	283	15,77	16,46	18,17	283	43,98
Винегрет овощной	76	100	100	1,30	10,80	6,80	130	1,30	10,80	6,80	130	8,28
Компот из яблок и лимоном	509	200	200	0,50	0,20	22,20	93	0,50	0,20	22,20	93	4,97
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,10
ИТОГО:				26,52	34,69	80,38	743,50	26,52	34,69	80,38	743,50	79,64

Повар Евдокия

Завхоз Анна

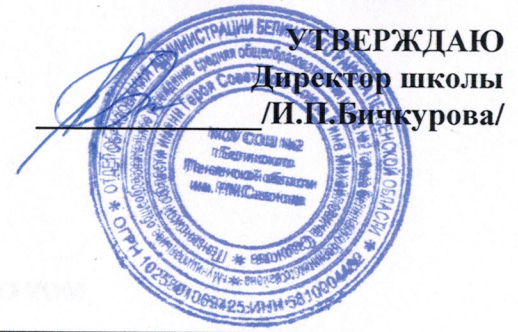
Мед.сестра Ольга



МЕНЮ

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

На 04.10.2023



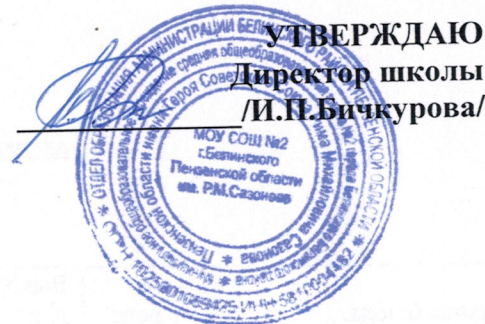
УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
/И.П.Бичкурова/

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	углеводы	Энергетическая ценность	
5 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
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					27,87
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
ИТОГО:				13,11	20,61	62,59	496					88,89
3 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп лапша с курицей	108	250	250	10,00	7,30	15,82	170	10,00	7,30	15,82	170	10,07
Картофельное пюре	443	150	180	3,24	5,6	22,05	156	3,89	6,71	26,46	187	6,86
Котлеты из индейки	195	100	100	43,8	18,26	25,94	282	43,8	18,26	25,94	282	48,17
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	1,02
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	3,10
ИТОГО:				61,88	36,39	86,23	871,7	64,81	37,74	105,4	972,3	80,22

Повар Евгений

Завхоз Анна

Мед.сестра Алевтина



МЕНЮ

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

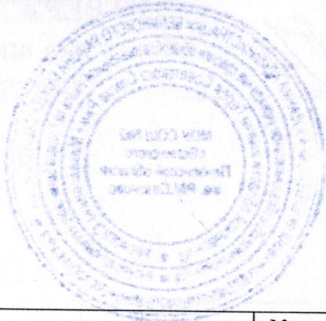
на 05.10. 2023 г.

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	углевод	Энергетическая ценность	
6 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Омлет	306	200		13,06	26,65	2,82	304,00					18,70
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 на к/б	119	250	250	2,72	4,54	20,54	137	2,72	4,54	20,54	137	19,15
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	27,21
Куры(голень) отварные	207	100	100	30,56	11,80	1,12	234	30,56	11,80	1,12	234	42,94
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	3,10
ИТОГО:				42,4	26,78	98,5	810,5	45,87	28,02	120,23	922,10	72,68

Повар Евгений

Завхоз Евгений

Мед.сестра Алеф



МЕНЮ

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

На 06.10.2023

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	углеводы	Энергетическая ценность	
7 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
вафли	588	50		1,40	1,65	38,65	175					15,00
Макароны отварные с сыром	295	200		10,89	9,09	30,60	248					28,29
Чай с сахаром и лимоном	434	200		0,26	0,05	15,22	59					5,00
Хлеб пшеничный	108	20		1,52	0,16	9,84	47					3,50
Фрукт (апельсин ,груша)	112	170		1,53	0,34	13,77	73,00					37,10
ИТОГО:				15,6	11,29	108,08	602,00					88,89
5 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп картофельный с горохом на к/б	118	250	250	5,48	4,74	19,74	146	5,48	4,74	19,74	146	13,64
Плов из птицы	291	200	200	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352	46,21
Салат из свеклы с раст.маслом	64	100	100	1,40	8,42	8,45	115	1,40	8,42	8,45	115	3,22
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,10
Компот из сухофруктов	508	200	200	0,50		27,00	110	0,50		27,00	110	6,50
ИТОГО:				26,96	28,4	79,4	683,5	29,24	28,64	94,16	753,10	72,64

Повар Евгений

Завхоз Анна

Мед.сестра Ольга

