



МЕНЮ

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

На 11.10. 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	
11 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша пшеничная молочная	267	200		7,80	9,46	35,80	284					21,23
Бутерброд с сыром	90	40		6,70	9,50	9,90	153					23,91
Кофейный напиток с молоком	501	200		3,20	2,70	15,90	79					22,04
Фрукт(яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					22,71
ИТОГО:				17,70	21,66	61,60	516,00					88,89
8 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
Жаркое по- домашнему	369	200	200	23,64	21,09	15,09	345	23,64	21,09	15,09	345	44,18
Салат из квашеной капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	3,66
Компот из сухофруктов	508	200	200	0,50		27,00	110	0,50		27,00	110	6,50
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,10
ИТОГО:				47,64	47,71	187,13	1372,7	40,26	33,86	95,09	848,3	67,51

Повар Евгений

Завхоз Анна

Мед.сестра Ольга