

## МЕНЮ

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

**на 12.10. 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	
<b>12 ДЕНЬ</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
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
Вафли	588	50		1,40	1,65	38,65	175					15,00
Чай с сахаром	433	200		0,20	0,05	15,01	57					3,04
Фрукт (банан)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					29,57
<b>ИТОГО:</b>				13,35	23,12	136,73	564,00					88,89
<b>9 ДЕНЬ</b>												
<b>ОБЕД</b>												
Суп картофельный с горохом на к/б	118	250	250	5,48	4,74	19,74	146	5,48	4,74	19,74	146	12,64
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	7,21
Тефтели (ёжики)	390	100	100	12,22	19,68	14,66	285	12,22	19,68	14,66	285	39,72
Салат пестрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	4,86
Компот из кураги	512	200	200	1,30		23,76	96,00	1,30		23,76	96,00	13,74
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,10
<b>ИТОГО:</b>				28,95	35,81	126,69	949,50	28,95	35,81	126,69	949,50	81,27

Повар Евгений

Завхоз Анна

Мед.сестра Ольга