

## МЕНЮ

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

**На 18.10.2023**



Наименование блюда, напитков	№ реце птур ы	Выхо д, г. 7-11 лет	Выхо д, г. 12-17 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-17 лет				
				белки	жиры	углево ды	Энерге тическ ая ценнос ть	белки	жиры	углевод ы	Энерге тическ ая ценнос ть	
<b>5 ДЕНЬ</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
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
<b>ИТОГО:</b>				13,11	20,61	62,59	496					88,89
<b>3 ДЕНЬ</b>												
<b>ОБЕД</b>												
Суп лапша с курицей	108	250	250	10,00	7,30	15,82	170	10,00	7,30	15,82	170	70,02
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	4,02
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
<b>ИТОГО:</b>				61,88	36,39	86,23	871,7	64,81	37,74	105,4	972,3	80,22

Повар

*Евдоф*

Завхоз

*Виктор*

Мед.сестра

*Евдоф*