

МЕНЮ

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

На 16.10. 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	углеводы	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
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	1,54
ИТОГО:				28,67	23,42	92,04	647,50	29,76	24,66	99,01	759,10	79,73

Повар Евф

Завхоз Анна

Мед.сестра Авд