

МЕНЮ

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

На 27.10.2023 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	
1 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша пшеничная молочная	267	200		7,80	9,46	35,80	284					21,23
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					29,00
Кофейный напиток с молоком	501	200		3,20	2,70	15,90	79					22,04
Фрукт (груша)	112	200		0,72	0,54	18,54	85					16,62
Итого:				15,42	14,4	111,14	642					88,89
10 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
Плов из птицы	291	200	200	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352	54,23
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
Чай с сахаром	433	200	200	0,20	0,05	15,01	57	0,20	0,05	15,01	57	4,12
ИТОГО:				27,79	27,33	89,74	715,50	27,79	27,33	89,74	715,50	82,09

Повар Ероф

Завхоз Анне

Мед.сестра Вера