

МЕНЮ

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

на 23.10. 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	
9 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Каша «Дружба»	260	200		5,26	11,66	25,06	226					23,12
Какао с молоком	497	200		5,00	4,40	31,70	186					21,82
Хлеб пшеничный	108	20		1,52	0,16	9,84	47					3,50
Фрукт (апельсин)	112	170		1,53	0,34	13,77	73,00					25,95
Печенье сахарное	590	100		7,50	9,80	74,40	417					14,50
ИТОГО:				19,50	23,45	148,51	936,00					88,89
6 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Рассольник домашний на к/б	132	250	250	2,08	5,20	12,80	106	2,08	5,20	12,80	106	9,64
Икра свекольная	439	100	100	3,56	4,53	15,09	116	3,56	4,53	15,09	116	3,22
Котлеты(биточки)	167	100	100	15,70	13,02	15,78	246	15,70	13,02	15,78	246	45,14
Пюре гороховое с маслом	418	180	180	17,12	5,27	34,07	252	17,12	5,27	34,07	252	9,01
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59	0,26	0,05	15,22	59	3,42
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,10
ИТОГО:				41,00	28,31	107,72	849,50	41,00	28,31	107,72	849,50	43,53

Повар Еloff

Завхоз Алексеев

Мед.сестра Олеф