

МЕНЮ

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

на 22. 12. 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>5 ДЕНЬ</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Каша вязкая геркулес. с маслом	321	200		5,55	10,46	23,97	213					30,71
Бутерброд с сыром и маслом	90	45		6,70	9,50	9,90	153					23,55
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59					4,36
Фрукт( яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					45,97
Кондитерское изделие	564	60		7,00	13,83	55,83	376,7					33,00
<b>ИТОГО:</b>				20,11	34,44	118,42	872,7					164,59
<b>4 ДЕНЬ</b>												
<b>ОБЕД</b>												
Суп картофельный с крупой перловой на к/б	119	250	250	2,72	4,54	20,54	137	2,72	4,54	20,54	137	9,18
Макароны отварные	447	150	180	5,48	4,98	34,88	212	6,67	5,98	41,85	254	7,87
Куры(голень) отварные	207	100	100	30,56	11,80	1,12	234	30,56	11,80	1,12	234	42,92
Салат пестрый	31	100	100	1,10	5,17	11,98	98	1,10	5,17	11,98	98	3,13
Чай с сахаром и лимоном	434	200	200	0,26	0,05	15,22	59	0,26	0,05	15,22	59	2,23
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>				42,4	26,78	98,5	810,5	45,87	28,02	120,23	922,10	68,37

Повар Су

Завхоз Ашур

Мед.сестра Рвср