



МЕНЮ

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

На 12.03.2024 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	
4 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
Запеканка твороженная	313	200		20,80	21,84	20,71	368					57,71
Пирожок с повидлом	540	60		3,70	1,70	40,90	194					29,00
Чай с сахаром	433	200		0,20	0,05	15,01	57					2,20
Фрукт (банан, яблоко)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					8,53
ИТОГО:				27,7	24,59	76,62	811					97,44
3 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Суп лапша с курицей	108	250	250	10,00	7,30	15,82	170	10,00	7,30	15,82	170	10,59
Картофельное пюре	443	150	180	3,24	5,6	22,05	156	3,89	6,71	26,46	187	10,85
Котлеты из индейки	195	100	100	43,8	18,26	25,94	282	43,8	18,26	25,94	282	53,05
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	11,05
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
ИТОГО:				61,88	36,39	86,23	871,7	64,81	37,74	105,4	972,3	99,64

Повар Су

Завхоз Яну

Мед.сестра Аво