

## МЕНЮ

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

на 14.03.2024 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	углевод	Энергетическая ценность	
<b>6 ДЕНЬ</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Омлет	306	200		13,06	26,65	2,82	304,00					28,11
Бутерброд с маслом	478	40		0,20	33,00	0,32	300,00					25,92
Компот из изюма	512	200		0,41		25,16	98,00					12,18
Фрукт( яблоко)	112	150		0,60	0,60	13,50	71,00					31,23
<b>ИТОГО:</b>				14,27	60,25	41,8	773,00					97,44
<b>5 ДЕНЬ</b>												
<b>ОБЕД</b>												
Суп картофельный с горохом на к/б	118	250	250	5,48	4,74	19,74	146	5,48	4,74	19,74	146	10,24
Плов из птицы	291	200	200	17,80	15,00	36,45	352	17,80	15,00	36,45	352	45,17
Салат из свеклы с раст. маслом	64	100	100	1,40	8,42	8,45	115	1,40	8,42	8,45	115	3,57
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3,10
Компот из сухофруктов												4,90
<b>ИТОГО:</b>				26,96	28,4	79,4	683,5	29,24	28,64	94,16	753,10	66,98

Повар Ев

Завхоз Алекс

Мед.сестра Авоф