

МЕНЮ

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

на 20.05.2024 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 | |
| 12 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Бутерброд с маслом | 478 | 40 | | 0,20 | 33,00 | 0,32 | 300,00 | | | | | 26,19 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 445 | 200 | | 8,75 | 6,62 | 43,07 | 270,00 | | | | | 13,52 |
| Вафли | 588 | 50 | | 1,40 | 1,65 | 38,65 | 175 | | | | | |
| Чай с сахаром | 433 | 200 | | 0,20 | 0,05 | 15,01 | 57 | | | | | 2,38 |
| Фрукт (банан) | 112 | 150 | | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192 | | | | | 53,35 |
| ИТОГО: | | | | 13,35 | 23,12 | 136,73 | 564,00 | | | | | 97,44 |
| 8 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| Суп лапша с курицей | 108 | 250 | 250 | 10,00 | 7,30 | 15,82 | 170 | 10,00 | 7,30 | 15,82 | 170 | 19,62 |
| Жаркое по-домашнему | 369 | 200 | 200 | 23,64 | 21,09 | 15,09 | 345 | 23,64 | 21,09 | 15,09 | 345 | 44,77 |
| Салат из квашеной капусты | 81 | 100 | 100 | 1,56 | 4,99 | 7,66 | 83,20 | 1,56 | 4,99 | 7,66 | 83,20 | 13,16 |
| Компот из сухофруктов | 508 | 200 | 200 | 0,50 | | 27,00 | 110 | 0,50 | | 27,00 | 110 | 5,02 |
| Хлеб ржаной | 109 | 30 | 60 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,10 | 3,10 |
| ИТОГО: | | | | 37,62 | 33,78 | 83,55 | 835,50 | 37,62 | 33,78 | 83,55 | 835,50 | 76,67 |

Повар Ев

Завхоз Андрей

Мед.сестра Вера