

МЕНЮ

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

На 19.09.2024 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 творожная	313	200		20,80	21,84	20,71	368					52,92
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					2,62
Фрукт (банан, яблоко)	112	150		3,00	1,00	42,00	192					12,90
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	13,54
Картофельное пюре	443	150	180	3,24	5,6	22,05	156	3,89	6,71	26,46	187	16,99
Котлеты из индейки	195	100	100	43,8	18,26	25,94	282	43,8	18,26	25,94	282	43,75
Салат из капусты	81	100	100	1,56	4,99	7,66	83,20	1,56	4,99	7,66	83,20	5,54
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	93,92

Повар Евгень

Завхоз СВ

Мед.сестра Алеф