

МЕНЮ

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

на 26.09.2024 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 | углеводы | Энергетическая ценность | |
| 10 ДЕНЬ | | | | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| Каша рисовая молочная | 330 | 200 | | 4,98 | 11,80 | 32,14 | 256 | | | | | 27.57 |
| Пирожок с повидлом | 540 | 60 | | 3,70 | 1,70 | 40,90 | 194 | | | | | 29.00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 434 | 200 | | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 59 | | | | | 4.55 |
| Фрукт (груша) | 112 | 200 | | 0,72 | 0,54 | 18,54 | 85 | | | | | 36.38 |
| ИТОГО: | | | | 9,66 | 14,09 | 106,80 | 594,00 | | | | | 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 | 13.57 |
| Жаркое по-домашнему | 369 | 200 | 200 | 23,64 | 21,09 | 15,09 | 345 | 23,64 | 21,09 | 15,09 | 345 | 48.39 |
| Салат из капусты | 81 | 100 | 100 | 1,56 | 4,99 | 7,66 | 83,20 | 1,56 | 4,99 | 7,66 | 83,20 | 7.14 |
| Компот из сухофруктов | 508 | 200 | 200 | 0,50 | | 27,00 | 110 | 0,50 | | 27,00 | 110 | 4.99 |
| Хлеб ржаной | 109 | 30 | 60 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,10 | 3.10 |
| ИТОГО: | | | | 47,64 | 47,71 | 187,13 | 1372,7 | 40,26 | 33,86 | 95,09 | 848,3 | 77.16 |

Повар Ex

Завхоз CO

Мед.сестра Deef