

МЕНЮ

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

На 9.09.2025 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
/И.А. Родионова/

Наименование блюда, напитков	№ реце птур ы	Выхо д, г. 7-11 лет	Выхо д, г. 12-17 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-17 лет				
				белки	жиры	углево ды	Энерге тическ ая ценнос ть	белки	жиры	углевод ы	Энерге тическ ая ценнос ть	
7 ДЕНЬ												
ЗАВТРАК												
вафли	588	50		1,40	1,65	38,65	175					18.75
Макароны отварные с сыром	295	200		10,89	9,09	30,60	248					35.38
Чай с сахаром и лимоном	434	200		0,26	0,05	15,22	59					4.61
Хлеб пшеничный	108	20		1,52	0,16	9,84	47					3.90
Фрукт	112	170		1,53	0,34	13,77	73,00					60.61
ИТОГО:				15,6	11,29	108,08	602					123.25
7 ДЕНЬ												
ОБЕД												
Щи из свежей капусты со сметаной на к/б	142	250	250	2,01	6,48	8,14	99,00	2,01	6,48	8,14	99,00	14.78
Рис отварной	304	200	200	1,64	19,48	100,00	596,94	1,64	19,48	100,00	596,94	9.61/10.56
Котлеты рыбные	345	100	100	13,90	2,12	9,60	86	13,90	2,12	9,60	86	45.88
Винегрет овощной	76	100	100	1,30	10,80	6,80	130	1,30	10,80	6,80	130	13.20
Сок абрикосовый	518	200	200	1,00			110	1,00			110	14.00
Хлеб ржаной	109	30	60	2,28	0,24	14,76	70,5	4,56	0,48	29,52	140,10	3.70
ИТОГО:				32,13	39,12	139,30	1092,30	32,13	39,12	139,30	1092,30	101.74/102.12

Повар Егор

Завхоз СВ

Мед.сестра Олеся