

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

Handwritten signature

С.Ю. Котелкина

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского

на 14 сентября 2012

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 11-18 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-18				
				белки	жиры	углевод ы	энергетическа я ценность, к кал					
7 день												
ЗАВТРАК												
Биточки	608	1/80		12,44	9,24	2,56	183,00					28-14
Рис отварной	304	1/150		8,73	14,61	75,0	447,70					4-88
Фрукт „Персик“	97	1/100		0,8	0,8	19,6	94					19-34
Сок	693	1/200		1	0,00	21,2	88					17-28
Хлеб пшеничный		1/40		2,4	0,3	12,6	64,2					8-88
				25,37	24,95	140,96	876,9					Итого: 75-52
ОБЕД												
Салат из свежей капусты	79	1/60	1/100	1,56	3,00	1,86	41,40	2,6	5,00	3,10	69,00	0-50
Борщ	137	1/250	1/300	1,8	5,0	15,9	258,5	2,16	6	19,08	310,2	11-57
Гуляш из говядины	591	1/100	1/150	23,80	19,52	5,74	203,00	29,75	31,8	7,1	253,75	26-54
Гречка рассыпчатая	679	1/150	1/200	7,46	5,61	35,84	230,45	9,94	7,48	47,78	307,26	6-37
Кисель	10	1/200	1/200	0,00	0,00	18,00	60,00	0,00	0,00	18	60	3-00
Хлеб ржаной		1/80	1/120	1,9	0,3	20	86	2,9	0,5	30	129	3-22
				36,52	33,43	97,34	879,35	47,35	50,78	125,06	1129,21	
Всего каллорий:				61,89	58,38	238,3	1756,25					Итого: 51-20

Повар *Handwritten signature*

Завхоз *Handwritten signature*

Мед. сестра *Handwritten signature*

наших:
8,3 % о
словес,
внятиях
14.09.20
машинск

Осноз

1.Ход
елинско

г.о. нача

Завтрак



Обед

