

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы

С.Ю. Котелкина



МЕНЮ  
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского  
на 4 октября 2011

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 12-18 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-18 лет				
				белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал	белки	жиры	углевод ы	энергетическа я ценность, к кал	
<b>3 день</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
Суп молочный с вермишелью	93	1/200		5,75	5,21	18,84	145,20					15-81
Масло сливочное	41	1/10		0,00	8,20	0,10	75,00					5-96
Чай с сахаром	943	1/200		0,20	0,00	14,00	28,00					1-92
Сыр	42	1/20		4,64	5,90	0,00	72,80					15-17
Фрукт <u>Яблоко</u>	338	1/120		0,6	0,6	14,64	66,34					33-78
Хлеб пшеничный		1/40		2,4	0,3	12,6	64,2					2-88
				<b>13,59</b>	<b>20,21</b>	<b>60,18</b>	<b>451,54</b>					
<b>Стоимость завтрака</b>												<b>75-52</b>
<b>ОБЕД</b>												
Салат из красной свеклы с зеленым горошком с р/м	34	1/60	1/100	1,00	2,51	4,92	46,26	1,67	4,18	8,2	77,10	1-64
Щи из свежей капусты	439	1/250	1/300	14,6	3,3	26,7	274,00	18,25	4,12	33,3	350,8	12-66
Рыба тушеный в томатном соусе с овощами	486	1/85	1/100	15,72	8,90	7,40	170,00	16,05	9,85	8,35	194,00	41-46
Картофельное пюре	694	1/150	1/200	3,15	7,95	22,05	112,50	4,20	10,60	29,40	150,00	4-48
Кисель	10	1/200	1/200	0,0	0,00	18,00	60,00	0,00	0,00	18,00	60,0	3-00
Хлеб ржаной		1/80	1/120	1,9	0,3	20	86	2,9	0,5	30	129	3-22
				<b>36,37</b>	<b>22,96</b>	<b>99,07</b>	<b>748,76</b>	<b>43,07</b>	<b>29,25</b>	<b>127,25</b>	<b>960,9</b>	
<b>Всего:</b>												
				<b>49,96</b>	<b>43,17</b>	<b>159,25</b>	<b>1200,3</b>					
<b>Стоимость обеда</b>												<b>66-46</b>
Повар <u>мур</u>		Завхоз <u>Лит</u>		Мед. сестра <u>Сиромец</u>								