

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы

С.Ю. Котелкина

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
на 27 сентября 2011

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход, г. 7-11 лет	Выход, г. 11-18 лет	Содержание основных питательных веществ								Цена	
				7-11 лет				12-18 лет					
				белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, к кал	белки	жиры	углево ды	энергетическая ценность, к кал		
8 день													
ЗАВТРАК													
Каша овсяная молочная	17	1/200		6,35	8,51	21,86	187						13-44
Фрукт <u>яблоко</u>	97	1/100		0,8	0,8	19,6	94						14-33
Какао с молоком	959	200/15/2		3,52	3,72	25,49	145,20						19-08
Сыр	42	1/30		6,96	8,85	0,00	109,20						11-46
Хлеб пшеничный		1/40		2,4	0,3	12,6	64,2						2-88
				20,03	22,18	79,55	599,6						
Стоимость завтрака													75-52
ОБЕД													
Салат из красной свеклы с зел/ горош. 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
Суп рисовый с говядиной	204	1/250	1/300	6,18	3,30	14,65	113,00	7,41	3,96	17,58	135,6		11-89
Макароны отварные	688	1/150	1/200	5,10	7,50	28,50	202,50	6,8	10,00	38,00	270,0		5-32
Котлета	608	1/80	1/100	12,44	9,24	12,56	183,00	15,55	11,55	15,7	228,75		14-76
Чай с сахаром	943	200/15/1	200/15	0,20	0,00	14,00	28,00	0,2	0,00	14,00	28		0-93
Хлеб ржаной		1/80	1/120	1,9	0,3	20	86	2,9	0,5	30	129		3-22
				26,82	22,85	94,63	658,76	34,53	30,19	123,48	868,45		
Всего каллорий:				46,85	45,03	174,18	1258,36						
Стоимость обеда													40-76

Повар СН

Завхоз Сид

Мед. сестра Ворова