



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

 Котелкина С.Ю.

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 11 марта 2025 года.

Наименование блюда, напиток	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ					Цена	
			7-11 лет						
			белки	жиры	углеводы	Ккал			
4 день									
Завтра									
Каша молочная вязкая манная с маслом и сахаром.	168	1/210	4,52	4,07	35,46	197,00		17	
Сыр порционный	42	1/20	3,48	4,43	0,00	54,60		15,92	
Чай с лимоном	868	1/200	4,51	1,14	7,71	114,66		3,44	
Хлеб пшеничный	8	1/40	2,40	0,80	16,70	85,70		4	
Всего:			14,91	10,44	59,87	451,96		40,36	
Обед									
Салат из помидоров с луком	14	1/60	0,68	3,71	2,83	47,46		12,99	
Суп лапша -с курицей	108	1/250	10,00	7,30	15,82	170,00		23,72	
Тефтели мясные	462	1/100	10,42	15,23	12,08	201,60		37,79	
Гречка рассыпчатая с маслом	679	1/150	7,46	5,61	35,84	230,45		11,89	
Компот из смеси сухофруктов.	868	1/200	0,04	0,00	24,76	94,20		7,57	
Хлеб пшеничный	8	1/30	1,80	0,6	12,52	64,27		3,07	
Хлеб ржаной	7	1/20	1,30	0,24	0,52	36,20		2,73	
Всего:			31,70	32,09	103,85	844,18		99,76	
Полдник									
Чай с сахаром	943	1/200	0,20	0,00	14,00	28,00		2,10	
Масло сливочное	41	1/10	0,00	8,20	0,10	75,00		7,96	
Хлеб пшеничный	8	1/40	2,40	0,80	16,70	85,70		3,04	
Итого за День			2,60	9,00	30,80	188,70		13,10	
Повар 			34,30	41,09	134,65	1032,88			
			Завхоз 						
							Мед. сестра 