



Утверждено
Директор МОУ СОШ №1 г. Белинского Пензенской области
им. В.Г. Белинского
Корелкина С.Ю..

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 09 сентября 2025 года.

на 07 сентября 2025 года.									
Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	выход 11-18	содержание основных питательных веществ					Цена
				7-11 лет					
				белки	жиры	углеводы	Ккал		
7 день									
Завтрак									
Каша "Дружба"	11	200		6,32	10,18	26,34	223,60		16,50
Сок	693	1/200		1,00	0,00	21,20	88,00		16
Хлеб пшеничный	8	1\40		2,40	0,80	16,70	85,70		4
Всего:				9,72	10,98	64,24	397,30		36,5
Обед									
Салат из свежих огурцов	13	1\60		0,46	3,65	1,43	40,38		9,18
Суп рисовый с куриным мясом.	204	1/250		6,18	3,30	14,65	113,00		23,32
Голень куриная	301	1/120		14,31	10,80	0,64	155,79		40,6
Макароны отварные	688	1\150		5,10	7,50	28,50	202,50		9,96
Сыр порционный	42	1\20		4,64	5,90	0,00	72,80		23,49
Кисель	10	1/200		0,00	0,00	18,00	60,00		8
Хлеб пшеничный	8	1\30		1,80	0,6	12,52	64,27		4,52
Хлеб ржаной	7	1\20		1,30	0,24	0,52	36,20		4,18
Всего:				33,79	31,39	75,74	744,94		123,25
Полдник									
Хлеб пшеничный	8	1\30		2,40	0,80	16,70	85,70		3,04
Сыр порционный	42	1\30		4,64	5,90	0,00	72,80		19,95
Чай с сахаром	943	1\200		20,00	0,00	14,00	28,00		2,10
Всего:				27,04	6,70	30,70	186,50		
Итого за День				60,83	38,09	106,44	931,44		25,09
Повар				Завхоз			Мед. сестра		

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 10 сентября 2025 года.

Наименование блюда, напитков		№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ					Цена
				7-11 лет					
				белки	жиры	углеводы	Ккал		
8 день									
Завтрак									
Каша овсяная молочная		17	1/200	6,35	8,51	21,86	187,00		17,9
Сыр		42	1\20	6,96	8,85	0,00	109,20		13,3
Хлеб пшеничный		8	1\40	2,40	0,80	16,70	85,70		4
Чай с сахаром		943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00		2,1
Всего:				15,91	18,16	52,56	409,90		37,3
Обед									
Салат пестрый		31	1\80	0,80	3,60	8,60	70,00		7,45
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.		137	1/250	1,80	5,00	15,90	258,50		16,83
Гречка рассыпчатая с маслом		679	1\150	7,46	5,61	35,84	230,45		11,31
Гуляш из куриной грудки		591	1\100	23,80	19,52	5,74	203,00		47,76
Печенье				2,70	3,70	36,70	699,00		23,49
Компот из сухофруктов		868	1\200	0,04	0,00	24,76	94,20		7,71
Хлеб пшеничный		8	1\30	1,80	0,6	12,52	64,27		4,52
Хлеб ржаной			1\20	1,30	0,24	0,52	36,20		4,18
Всего:				39,70	37,67	140,06	1655,62		123,25
Полдник									
Пряник			1\100	5,50	6,00	75,00	380,00		16,5
Компот из сухофруктов		868	1\200	0,40	0,00	24,76	94,20		5,32
Всего:				5,90	6,00	99,76	474,20		21,82
Итого за день				61,51	61,83	292,38	2539,72		
Повар				Завхоз				Мед. сестра	



Утверждено
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 сентября 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ							
			7-11 лет							
			белки	жиры	углеводы	Ккал				
9 день										Цена
Завтрак										
Каша рисовая вязкая мол.с	168	1\210	3,09	4,07	36,97	197,00				19,88
Печенье	773	1\7	5,00	10,50	9,50	150,00				1,86
Кофейный напиток с	395	1\200	2,85	2,41	14,36	91,00				11,26
Хлеб пшеничный	8	1\40	2,40	0,30	12,60	64,20				4
Всего:			13,34	17,28	73,43	502,20				37
Обед										
Салат витаминный с раст.мас.	21	1\80	1,20	3,60	8,80	72,00				4,42
Суп гороховый с куриным мясом.	138	1\250	5,14	5,45	26,91	413,70				21,18
Котлета	608	1\100	15,55	11,55	15,70	228,75				40,96
Картофельное пюре	694	1\150	3,15	7,95	22,05	112,50				11,03
Сок фруктовый	389	1\200	1,00	0,00	20,20	84,80				31,9
Чай с лимоном	377	1\200	9,02	2,28	15,42	114,66				5,06
Хлеб пшеничный	8	1\30	1,80	0,6	12,52	64,27				4,52
Хлеб ржаной	7	1\20	1,30	0,24	0,52	36,20				4,18
Всего:			38,16	31,07	121,60	1126,88				123,25
Полдник										
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00				2,1
Масло сливочное	41	1\10	0,00	8,20	0,10	75,00				7,96
Хлеб пшеничный	8	1\30	2,40	0,30	12,60	64,20				3,04
Всего:			2,60	8,50	26,70	167,20				13,1
Итого за день			54,10	56,85	221,73	1796,28				
Повар			Завхоз				Мед. сестра			



Утверждаю
Директор МОУ СОШ №1
им. В.Г. Белинского
Белинского Пензенской области
Котелкина С.Ю..

МЕНЮ

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

На 12 сентября 2025 года.

Наименование блюда, напитков			№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ					Цена
					7-11 лет					
					белки	жиры	углеводы	Ккал		
10 день										
Завтрак										
Каша пшенная молочная с маслом и сахаром			168	1/200	9,50	9,60	44,10	292,10		18,20
Чай с сахаром			943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00		2,1
Сыр			42	1\20	4,64	5,90	0,00	72,80		13,3
Хлеб пшеничный				1\40	2,40	0,30	12,60	64,20		4
Всего:					16,74	15,80	70,70	457,10		37,6
Обед										
Салат из помидоров с луком			14	1\60	0,68	3,71	2,83	47,46		8,44
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.			137	1/250	1,80	5,00	15,90	258,50		18,11
Плов из куриной грудки			304	1/150	25,62	15,12	36,03	355,96		56,51
Сыр порционный			42	1\20	4,64	5,90	0,00	72,80		23,49
Кисель			10	1/200	0,00	0,00	18,00	60,00		8
Хлеб пшеничный			8	1\30	1,80	0,6	12,52	64,27		4,52
Хлеб ржаной			7	1\20	1,30	0,24	0,52	36,20		4,18
Всего:					35,84	29,97	85,28	895,19		123,25
Полдник										
Компот из свеж.плодов			859	1/200	0,20	0,20	22,30	110,00		7,37
Вафли				1\100	5,00	28,00	64,00	530,00		24,6
Всего:					5,20	28,20	86,30	640,00		31,97
Итого за День					57,78	73,97	242,28	1992,29		
Повар					Завхоз			Мед. сестра		



Утверждено
Директор МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области
им. В.Г. Белинского
Мотелкина С.Ю..

МЕНЮ

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

На 15 сентября 2025 года.

2,16

содержание основных питательных веществ													
12-18 лет													
7-11 лет													
11-18													
7-11													
№ рецептуры													
Наименование блюда, напитков													
1 день													
завтрак													
Каша гречневая рассыпчатая													
со слив.мас.													
Сыр порционный													
Чай с сахаром													
Хлеб пшеничный													
Всего:													
обед													
Салат из свежих помидоров и													
огурцов													
Суп гороховый с куриным													
мясом.													
Биточки													
Макароны отварные со													
слив.мас.													
Компот из смеси													
сухофруктов													
Мандарины													
Хлеб пшеничный													
Хлеб ржаной													
Всего:													
полдник													
Сок фруктовый													
Пряник													
Всего:													
Итого за день													
Повар													
Завхоз													
Мед. сестра													
Цена													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													
углеводы													
жиры													
белки													
Ккал													

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

MICHO

На 16 сентября 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	выход 11-18	содержание основных питательных веществ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
				7-11 лет				12-18 лет																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
				белки	жиры	углеводы	Ккал	белки	жиры	углеводы	Ккал																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
2 день																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															</



Белинского Пензенской области
Котелкина С.Ю..

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.И. Белинского
На 17 сентября 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ						Цена
			7-11 лет						
			белки	жиры	углеводы	Ккал			
3 день ЗАВТРАК									
Суп молочный с макаронными изделиями	93	1/200	5,75	5,21	18,84	145,20			15,8
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00			2,1
Сыр	42	1\25	4,64	5,90	0,00	72,80			16,63
Хлеб пшеничный	8	1\40	2,40	0,80	16,70	85,70			4
Всего:			12,99	11,91	49,54	331,70			38,53
Обед									
Салат из белокочанной капусты	79	1\60	1,56	3,00	1,86	41,40			4,18
Щи из свежей капусты с куриным мясом.	439	1/250	14,60	3,30	26,70	274,00			24,09
Гуляш из куриной грудки	591	1\100	23,80	19,52	5,74	203,00			48,71
Картофельное пюре	694	1/150	3,15	7,95	22,05	112,50			11,03
Чай	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00			3,05
Печенье		1\50	2,70	3,70	36,70	699,00			23,49
Хлеб пшеничный	8	1\30	1,80	0,6	12,52	64,27			4,52
Хлеб ржаной	7	1\20	1,30	0,24	0,52	36,20			4,18
Всего:			49,11	37,71	119,57	1458,37			123,25
Полдник									
Пряник		1\100	5,50	6,00	75,00	380,00			16,5
Компот из сухофруктов	868	1/200	0,40	0,00	24,76	94,20			5,32
Всего:			5,90	6,00	99,76	474,20			21,82
Итого за день			68,00	55,62	268,87	2264,27			
Повар			Завхоз		Мед. сестра				

Утверждено
 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 18 сентября 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ					Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал		
4 день								
Завтр								
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
Обе								
Салат из помидоров с луком	14	1/60	0,68	3,71	2,83	47,46		8,44
Суп лапша -с курицей	108	1/250	10,00	7,30	15,82	170,00		21,9
Тфтели мясные	462	1/100	10,42	15,23	12,08	201,60		33,5
Гречка рассыпчатая с маслом	679	1/150	7,46	5,61	35,84	230,45		11,31
Компот из смеси сухофруктов.	868	1/200	0,04	0,00	24,76	94,20		7,5
Сок (0,2)	389	1/200	1,00	0,00	20,20	84,80		31,9
Хлеб пшеничный	8	1/30	1,80	0,6	12,52	64,27		4,52
Хлеб ржаной	7	1/20	1,30	0,24	0,52	36,20		4,18
Всего:			32,70	32,09	124,05	928,98		123,25
Подник								
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			35,30	41,09	154,85	1117,68		
			Завхоз				Мед. сестра	



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 19 сентября 2025 года.

На 19 сентября 2025 года.									
содержание основных питательных веществ									
Наименование блока, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	7-11 лет						
			белки	жиры	углеводы	Ккал			
			Цена						
5 день									
Макаронные изделия с тертым сыром	202	1\200	1,52	0,16	5,36	28,80			31,4
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00			2,1
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			4
Всего:			4,12	9,16	36,16	217,50			45,46
Обед									
Салат из моркови с яблоком	45	1\100	1,08	0,18	8,62	40,40			4,7
Суп крест.с кур. мяс.	201	1\250	5,99	7,54	15,53	148,28			2,26
Рыба тушеная в томат. соусе с овощами	486	1\100	16,05	9,85	8,35	194,00			58,42
Рис отварной	304	1\150	8,73	14,61	75,00	447,70			14,57
Компот из свежих плодов	859	1\200	0,20	0,20	22,30	110,00			
Сыр	42	1\20	4,64	5,90	0,00	72,80			11,11
Хлеб пшеничный	8	1\30	1,80	0,6	12,52	64,27			23,49
Хлеб ржаной	7	1\20	1,30	0,24	0,52	36,20			4,52
Всего:			39,79	38,52	142,32	1113,65			4,18
Полдник									123,25
Компот из свеж.плодов	859	1\200	0,20	0,20	22,30	110,00			
Вафли		1\100	5,00	28,00	64,00	530,00			7,37
Всего:			5,20	28,20	86,30	640,00			24,6
Итого за день			49,11	75,88	264,78	1971,15			31,97
Повар			Завхоз				Мед. сестра		

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 22 сентября 2025 года.

Утверждено
 Директор МОУ СОШ № 1
 им. В.Г. Белинского
 Белинского Пензенской области
 Котелкина С.Ю.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
6 день							
Завтрак							
Суп молочный с макс. изд.	93	1/200	5,75	5,21	18,84	145,20	13,93
Масло сливочное	41	1\10	0,00	0,80	16,70	85,70	7,96
Кофейный напиток с молоком	395	1/200	2,85	2,41	14,36	91,00	11,26
Хлеб пшеничный	8	1\40	2,40	0,80	16,70	85,70	4
Всего:			11,00	9,22	66,60	407,60	37,15
Обед							
Салат из белокочанной капусты	79	1\60	1,56	3,00	1,86	41,40	2,65
Щи из свежей капусты с куриным мясом.	439	1/250	14,60	3,30	26,70	274,00	34,62
Колбаса	608	1\100	15,55	11,55	15,70	228,75	37,93
Гороховое пюре	50	1/150	46,30	3,50	18,80	170,00	12,76
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00	3,1
Мандарины	338	1\92	0,60	0,60	14,64	66,36	23,49
Хлеб пшеничный	8	1\30	1,80	0,6	12,52	64,27	4,52
Хлеб ржаной	7	1\20	1,30	0,24	0,52	36,20	4,18
Всего:			81,91	22,19	104,22	908,98	123,25
Полдник							
Чай с лимоном	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00	3,44
Печенье		1\100	2,70	3,70	36,70	699,00	24,1
Всего:			2,90	3,70	50,70	727,00	27,54
Итого за день			95,81	35,11	221,52	2043,58	
Повар			Завхоз			Мед. сестра	

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 23 сентября 2025 года.

содержание основных питательных веществ

На 23 сентября 2025 года.									
содержание основных питательных веществ									
Наименование блюда, напитков	№ рецептура	Выход 7-11	Выход 11-18	7-11 лет					Цена
				белки	жиры	углеводы	Ккал		
7 день									
Завтрак									16,50
Каша "Дружба"	11	200		6,32	10,18	26,34	223,60		16
Сок	693	1/200		1,00	0,00	21,20	88,00		4
Хлеб пшеничный	8	1/40		2,40	0,80	16,70	85,70		36,5
Всего:				9,72	10,98	64,24	397,30		
Обед									
Салат из свежих овощей	13	1/60		0,46	3,65	1,43	40,38		9,18
Суп рисовый с куриным мясом.	204	1/250		6,18	3,30	14,65	113,00		23,32
Поленья куриная	301	1/120		14,31	10,80	0,64	155,79		40,6
Макаронны отварные	688	1/150		5,10	7,50	28,50	202,50		9,96
Сыр порционный	42	1/20		4,64	5,90	0,00	72,80		23,49
Кисель	10	1/200		0,00	0,00	18,00	60,00		8
Хлеб пшеничный	8	1/30		1,80	0,6	12,52	64,27		4,52
Хлеб ржаной	7	1/20		1,30	0,24	0,52	36,20		4,18
Всего:				33,79	31,39	75,74	744,94		123,25
Полдник									
Хлеб пшеничный	8	1/30		2,40	0,80	16,70	85,70		3,04
Сыр порционный	42	1/30		4,64	5,90	0,00	72,80		19,95
Чай с сахаром	943	1/200		20,00	0,00	14,00	28,00		2,10
Всего:				27,04	6,70	30,70	186,50		25,09
Итого за День				60,83	38,09	106,44	931,44		
Повар				Завхоз					Мед. сестра

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 24 сентября 2025 года.

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

содержание основных питательных веществ										
Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	7-11 лет				Ккал			Цена
			белки	жиры	углеводы					
8 день										
Завтрак										
Каша овсяная молочная	17	1\200	6,35	8,51	21,86	187,00			17,9	
Сыр	42	1\20	6,96	8,85	0,00	109,20			13,3	
Хлеб пшеничный	8	1\40	2,40	0,80	16,70	85,70			4	
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00			2,1	
Всего:			15,91	18,16	52,56	409,90			37,3	
Обед										
Салат пестрый	31	1\80	0,80	3,60	8,60	70,00			7,45	
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137	1\250	1,80	5,00	15,90	258,50			16,83	
Гречка рассыпчатая с маслом	679	1\150	7,46	5,61	35,84	230,45			11,31	
Гуляш из куриной грудки	591	1\100	23,80	19,52	5,74	203,00			47,76	
Печенье		1\50	2,70	3,70	36,70	699,00			23,49	
Компот из сухофруктов	868	1\200	0,04	0,00	24,76	94,20			7,71	
Хлеб пшеничный	8	1\30	1,80	0,6	12,52	64,27			4,52	
Хлеб ржаной		1\20	1,30	0,24	0,52	36,20			4,18	
Всего:			39,70	37,67	140,06	1655,62			123,25	
Полдник										
Пряник		1\100	5,50	6,00	75,00	380,00			16,5	
Компот из сухофруктов	868	1\200	0,40	0,00	24,76	94,20			5,32	
Всего:			5,90	6,00	99,76	474,20			21,82	
Итого за день			61,51	61,83	292,38	2539,72				
Повар			Завхоз				Мед. сестра			

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 25 сентября 2025 года.

Утверждаю
 Директор МОУ СОШ № 1
 им. В.Г. Белинского
 Котелкина С.Ю.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ						Цена	
			7-11 лет							
			белки	жиры	углеводы	Ккал				
9 день										Цена
Завтрак										
Каша рисовая вязкая мол.с	168	1/210	3,09	4,07	36,97	197,00				19,88
Печенье	773	1/7	5,00	10,50	9,50	150,00				1,86
Кофейный напиток с	395	1/200	2,85	2,41	14,36	91,00				11,26
Хлеб пшеничный	8	1/40	2,40	0,30	12,60	64,20				4
Всего:			13,34	17,28	73,43	502,20				37
Обед										
Салат витаминный с раст.мас.	21	1/80	1,20	3,60	8,80	72,00				4,42
Суп гороховый с куриным мясом.	138	1/250	5,14	5,45	26,91	413,70				21,18
Котлета	608	1/100	15,55	11,55	15,70	228,75				40,96
Картофельное пюре	694	1/150	3,15	7,95	22,05	112,50				11,03
Сок фруктовый	389	1/200	1,00	0,00	20,20	84,80				31,9
Чай с лимоном	377	1/200	9,02	2,28	15,42	114,66				5,06
Хлеб пшеничный	8	1/30	1,80	0,6	12,52	64,27				4,52
Хлеб ржаной	7	1/20	1,30	0,24	0,52	36,20				4,18
Всего:			38,16	31,07	121,60	1126,88				123,25
Полдник										
Чай с сахаром	943	1/200	0,20	0,00	14,00	28,00				2,1
Масло сливочное	41	1/10	0,00	8,20	0,10	75,00				7,96
Хлеб пшеничный	8	1/30	2,40	0,30	12,60	64,20				3,04
Всего:			2,60	8,50	26,70	167,20				13,1
Итого за День			54,10	56,85	221,73	1796,28				
Повар			Завхоз				Мед. сестра			

МЕНЮ

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

На 26 сентября 2025 года.

Утверждено
Директор МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области
им. В.Л. Белинского
Котелкина С.Ю.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ					Цена		
			7-11 лет							
			белки	жиры	углеводы	Ккал				
10 день										Цена
Завтрак										
Каша пшениная молочная с маслом и сахаром	168	1/200	9,50	9,60	44,10	292,10			18,20	
Чай с сахаром	943	1/200	0,20	0,00	14,00	28,00			2,1	
Сыр	42	1/20	4,64	5,90	0,00	72,80			13,3	
Хлеб пшеничный		1/40	2,40	0,30	12,60	64,20			4	
Всего:			16,74	15,80	70,70	457,10			37,6	
Обед										
Салат из помидоров с луком	14	1/60	0,68	3,71	2,83	47,46			8,44	
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137	1/250	1,80	5,00	15,90	258,50			18,11	
Плов из куриной грудки	304	1/150	25,62	15,12	36,03	355,96			56,51	
Сыр порционный	42	1/20	4,64	5,90	0,00	72,80			23,49	
Кисель	10	1/200	0,00	0,00	18,00	60,00			8	
Хлеб пшеничный	8	1/30	1,80	0,6	12,52	64,27			4,52	
Хлеб ржаной	7	1/20	1,30	0,24	0,52	36,20			4,18	
Всего:			35,84	29,97	85,28	895,19			123,25	
Полдник										
Компот из свеж. плодов	859	1/200	0,20	0,20	22,30	110,00			7,37	
Вафли		1/100	5,00	28,00	64,00	530,00			24,6	
Всего:			5,20	28,20	86,30	640,00			31,97	
Итого за день			57,78	73,97	242,28	1992,29				
Повар			Завхоз				Мед. сестра			

Утверждено
Директор МОУ СОШ №1 г. Белинского Пензенской области
им. В.Г. Белинского
С.Ю. Колескина

МЕНЮ

МОУ СОШ №1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 29 сентября 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	выход 11-18	содержание основных питательных веществ						Цена
				7-11 лет			12-18 лет			
				белки	жиры	углеводы	Ккал	белки	жиры	
1 день										Цена
завтрак										
Каша гречневая рассыпчатая со слив.мас.	679	1\150		7,46	5,61	35,84	230,45			9,95
Сыр порционный	42	1\30		4,64	5,90	0,00	72,80			19,95
Чай с сахаром	943	1\200		0,20	0,00	14,00	28,00			2,1
Хлеб пшеничный	8	1\40		2,40	0,80	16,70	85,70			4
Всего:				14,70	12,31	66,54	416,95			36,00
обед										
Салат из свежих помидоров и огурцов	15	1\60		0,59	3,69	2,24	44,52			8,29
Суп гороховый с куриным мясом.	138	1\250		5,14	5,45	26,91	413,70			26,5
Биточки	608	1\100		15,55	11,55	15,70	228,75			38,39
Макароны отварные со слив.мас.	688	1\150		5,10	7,50	28,50	202,50			10,39
Компот из смеси сухофруктов	868	1\200		0,04	0,00	24,76	94,20			7,57
Мандарины	338	1\92		0,60	0,60	14,64	66,36			23,01
Хлеб пшеничный	8	1\30		1,80	0,6	12,52	64,27			4,52
Хлеб ржаной	7	1\20		1,30	0,24	0,52	36,20			4,18
Всего:				30,12	29,03	125,27	1150,50			123,25
полдник										
Сок фруктовый	389	1\200		1,00	0,00	20,20	84,80			22
Пряник		1\100		5,50	6,00	75,00	380,00			16,5
Всего:										38,5
Итого за день				6,50	6,00	95,20	464,80	0,00	0,00	0,00
Повар				51,32	47,34	287,01	2032,25	0,00	0,00	0,00
				Завхоз				Мед. сестра		

...ржадо
...ктор МОУ СОШ №1
...Т. Белинского

Котелкина С.Ю..

ω

Наименование блюда, напитков	№ рецептура	выход 7-11	выход 11-18	содержание основных питательных веществ						Цена
				7-11 лет				12-18 лет		
				белки	жиры	углеводы	Ккал	белки	жиры	
2 день										
ЗАВТРАК										
Суп молочный пшennyй с маслом и сахаром	94	1\200	1\200	5,80	5,48	18,57	146,80			13,32
Масло сливочное	41	1\10	1\10	0,00	8,20	0,10	75,00			7,96
Кофейный напиток с молоком	395		1\200	2,85	2,41	14,36	91,00			11,26
Хлеб пшеничный	8	1\40	1\40	2,40	0,80	16,70	85,70			4
Всего:										36,54
				11,05	16,89	49,73	398,50			
Обед										
Салат из свеклы с зеленым горош.	34	1\60		1,00	2,51	4,92	46,26			8,66
Рассольник с куриным мясом.	132	1\250		20,93	11,76	33,16	531,20			22,85
Плов из птицы	304	1\150		25,62	15,12	36,03	355,96			56,5
Чай с сахаром	943	1\200		0,20	0,00	14,00	28,00			3,05
Сыр порционный	42	1\20		4,64	5,90	0,00	72,80			23,49
Хлеб пшеничный	8	1\30		1,80	0,6	12,52	64,27			4,52
Хлеб ржаной	7	1\20		1,30	0,24	0,52	36,20			4,18
Всего:				55,49	35,53	100,63	1134,69			123,25
Полдник										
Хлеб пшеничный	8	1\30		2,40	0,80	16,70	85,70			3,04
Сыр порционный	42	1\30		4,64	5,90	0,00	72,80			19,95
Чай с сахаром	943	1\200		20,00	0,00	14,00	28,00			2,1
Итого за день				27,04	6,70	30,70	186,50			25,09
Итого за день				93,58	59,12	181,06	1719,69			
Повар			Завхоз					Мед. сестра		