



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 09 сентября 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры		выход 11-18	содержание основных питательных веществ						Цена
				12-18 лет						
				белки	жиры	углеводы	Ккал			
7 день										
Обед										
Салат из свежих огурцов.	13		1\100	0,77	6,08	2,38	67,30			13,34
Суп рисовый с куриным мясом.	204		1\300	7,41	3,96	17,58	135,60			9,02
Голень куриная	301		1\120	16,48	12,93	0,97	177,04			33,6
Макароны отварные	688		1\150	5,10	7,50	28,50	202,50			6,87
Кисель	10		1\200	0,00	0,00	18,00	60,00			5,52
Хлеб ржаной	7		1\50	5,20	0,96	2,10	144,80			5,1
Всего:				34,96	31,43	69,53	787,24			73,45
Повар										
		</								



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 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
8 день							
Обед							
Салат пестрый	31	1\100	1,00	4,50	10,80	88,00	6,10
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137	1\300	2,16	6,00	19,08	310,20	14
Гречка рассыпчатая с маслом	679	1\150	7,46	5,61	35,84	230,45	7,80
Гуляш из куриной грудки	591	1\100	23,80	19,52	5,74	203,00	32,94
Компот из сухофруктов	868	1\200	0,04	0,00	24,76	94,20	5,32
Хлеб ржаной	7	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80	5,10
Всего:			39,66	36,59	98,32	1070,65	71,26
Повар			Завхоз			Мед. сестра	



Белинского Пензенской области

МЕНЮ

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

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			12-18 лет				
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
9 день							
Обед							
Салат витаминный	40	1\100	1,5	4,60	11,00	91,00	5,2
Суп гороховый с куриным мясом.	138	1\300	6,16	6,54	32,29	496,44	
Котлета	608	1\100	15,55	11,55	15,70	228,75	15,32
Картофельное пюре	694	1\200	4,20	10,60	29,40	150,00	26,16
Чай с лимоном	377	1\200	9,02	2,28	15,42	114,66	7,61
Хлеб ржаной	7	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80	3,49
Всего:			41,63	36,53	105,91	1225,65	5,1
							62,88
Повар <i>С.Ю. Котелкина</i>			Завхоз <i>С.Ю. Котелкина</i>			Мед. сестра <i>С.Ю. Котелкина</i>	

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 12 сентября 2025 года.



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

Наименование Блюда, напитков	№ рецептура	выход 11-18	содержание основных питательных веществ						Цена
			12-18 лет						
			белки	жиры	углеводы	Ккал			
10 день									Цена
Обед									
Салат из помидоров с луком	14	1\100	1,13	6,18	4,72	79,10			10,5
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137		2,16	6,00	19,08	310,20			
Плов из куриной грудки	304	1\200	32,02	18,90	49,70	444,95			12,49
Кисель	10	1\200	0,00	0,00	18,00	60,00			38,97
Хлеб ржаной	8	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80			5,52
Всего:			40,51	32,04	93,60	1039,05			5,1
									72,58
Повар	о.в.в.		Завхоз	о.в.в.					

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 15 сентября 2025 года.



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

Наименование блюда, напитков	№ рецептура	выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
1 день							
ОБЕД							
Салат из свежих помидоров и огурцов.	15	1\100	0,98	6,15	3,73	74,20	10,5
Суп гороховый куриным мясом.	138	1\300	6,16	6,54	32,29	496,44	18,55
Биточки	608	1\100	15,55	11,55	15,70	228,75	26,48
Макароны отварные	688	1\150	5,10	7,50	28,50	202,50	7,67
Компот из смеси сухофруктов	868	1\200	0,04	0,00	24,76	94,20	5,32
Хлеб ржаной	7	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80	5,1
Всего:			33,03	32,70	107,08	1240,89	73,62
Повар <i>allg</i>			Завхоз <i>Рей</i>			Мед. сестра <i>Авдеева</i>	

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

МЕНЮ



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

Наименование блюда, напитков		№ рецептуры		выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
					12-18 лет				
3 день				белки	жиры	углеводы	Ккал		
	Обед								
Салат из белокочанной капусты	79		1\100	2,60	5,00	3,10	69,00	3,88	
Щи из свежей капусты с куриным мясом.	439		1\300	18,25	4,12	33,30	350,80	19,8	
Гуляш из куриной грудки	591		1\100	23,80	19,52	5,74	203,00	33,59	
Картофельное пюре	694		1\200	4,20	10,60	29,40	150,00	7,61	
Чай с сахаром	943		1\200	0,20	0,00	14,00	28,00	2,1	
Хлеб ржаной	7		1\50	5,20	0,96	2,10	144,80	5,1	
Всего:				54,25	40,20	87,64	945,60	72,08	
Повар	ВЛ			Завхоз	ВЛ		Мед. сестра	ВЛ	

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 19 сентября 2025 года.

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

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			Белки	жиры	углеводы	Ккал	
5 день							
Обед							
Салат из моркови с яблоками	38	1\100	1,08	0,18	8,62	40,40	7,58
Суп крестьянский с куриным мясом.	201	1\300	7,48	9,40	19,40	185,35	15,81
Рыба тушеная в том.соусе с овощами	486	1\100	16,05	9,85	8,35	194,00	44,24
Рис отварной	304	1\200	11,64	19,48	100,00	596,94	10,05
Компот из свежих яблок	859	1\200	0,20	0,20	22,30	110,00	7,65
Хлеб ржаной	7	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80	5,1
Всего:			41,65	40,07	160,77	1271,49	90,43
Повар <i>С.Ю.</i>			Завхоз <i>С.Ю.</i>			Мед. сестра <i>С.Ю.</i>	

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



Котелкина С.Ю.

Наименование блюда, напитков	№ рецептура	выход 11-18	содержание основных питательных веществ					Цена
			12-18 лет	Белки	жиры	углеводы	Ккал	
6 день								
Обед								
Салат из белокачанной капусты	79	1\100		2,60	5,00	3,10	69,00	4,11
Щи из свежей капусты с куриным мясом.	439	1\300		18,25	4,12	33,30	350,80	
Котлета	608	1\100		15,55	11,55	15,70	228,75	23,91
Гороховое пюре	50	1\200		61,73	4,60	25,06	226,60	26,16
Чай с сахаром	943	1\200		0,20	0,00	14,00	28,00	8,8
Хлеб ржаной	7	1\50		5,20	0,96	2,10	144,80	2,1
Всего:				103,53	26,23	93,26	1047,95	70,18
Повар				Завхоз			Мед. сестра	



МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 23 сентября 2025 года.

Наименование блюда, напитков		№ рецептуры	выход 11-18	содержание основных питательных веществ					Цена
				12-18 лет					
7 день	Обед			белки	жиры	углеводы	Ккал		
	Салат из свежих отгуцов.	13		0,77	6,08	2,38	67,30		
	Суп рисовый с куриным мясом.	204	1\100	7,41	3,96	17,58	135,60		13,34
	Голень куриная	301	1\120	16,48	12,93	0,97	177,04		9,02
	Макароны отварные	688	1\150	5,10	7,50	28,50	202,50		33,6
	Кисель	10	1\200	0,00	0,00	18,00	60,00		6,87
	Хлеб ржаной	7	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80		5,52
	Всего:			34,96	31,43	69,53	787,24		5,1
									73,45
Повар	Шуф			Завхоз	Шуф			Мед. сестра	Шуф

МЕНЮ



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

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

Наименование блюда, напитков		№ рецептуры	выход 11-18	содержание основных питательных веществ					Цена
				12-18 лет					
8 день				белки	жиры	углеводы	Ккал		
Обед									
Салат пестрый	31		1\100	1,00	4,50	10,80	88,00		6,10
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137		1\300	2,16	6,00	19,08	310,20		14
Гречка рассыпчатая с маслом	679		1\150	7,46	5,61	35,84	230,45		7,80
Гуляш из куриной грудки	591		1\100	23,80	19,52	5,74	203,00		32,94
Компот из сухофруктов	868		1\200	0,04	0,00	24,76	94,20		5,32
Хлеб ржаной	7		1\50	5,20	0,96	2,10	144,80		5,10
Всего:				39,66	36,59	98,32	1070,65		71,26
Повар <i>Степанов</i>				Завхоз <i>Медведев</i>				Мед. сестра <i>Смирнова</i>	



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

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

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 11-18	содержание основных питательных веществ					Цена
			12-18 лет				Ккал	
			белки	жиры	углеводы			
9 день								Цена
Обед								
Салат витаминный	40	1\100	1,5	4,60	11,00	91,00		5,2
Суп гороховый с куриным мясом.	138	1\300	6,16	6,54	32,29	496,44		15,32
Котлета	608	1\100	15,55	11,55	15,70	228,75		26,16
Картофельное пюре	694	1\200	4,20	10,60	29,40	150,00		7,61
Чай с лимоном	377	1\200	9,02	2,28	15,42	114,66		3,49
Хлеб ржаной	7	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80		5,1
Всего:			41,63	36,53	105,91	1225,65		62,88
Повар			Завхоз				Мед. сестра	

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 26 сентября 2025 года.



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

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
10 день							
Обед							
Салат из помидоров с луком	14	1\100	1,13	6,18	4,72	79,10	10,5
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137	1\300	2,16	6,00	19,08	310,20	12,49
Плов из куриной грудки	304	1\200	32,02	18,90	49,70	444,95	38,97
Кисель	10	1\200	0,00	0,00	18,00	60,00	5,52
Хлеб ржаной	8	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80	5,1
Всего:			40,51	32,04	93,60	1039,05	72,58
Повар			Завхоз			Мед. сестра	

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



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

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ					Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал		
1 день								
ОБЕД								
Салат из свежих помидоров и огурцов.	15		0,98	6,15	3,73	74,20		
Суп гороховый куриным мясом.	138	1\100						10,5
			6,16	6,54	32,29	496,44		
Биточки	608	1\300						18,55
			15,55	11,55	15,70	228,75		
Макароны отварные	688	1\150						26,48
			5,10	7,50	28,50	202,50		
Компот из смеси сухофруктов	868		0,04	0,00	24,76	94,20		7,67
		1\200						
Хлеб ржаной	7	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80		5,32
Всего:			33,03	32,70	107,08	1240,89		5,1
								73,62
Повар <i>Степанов</i>			Завхоз <i>Степанов</i>				Мед. сестра <i>Степанов</i>	

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 30 сентября 2025 года.



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

Наименование блюд, напитков	№ рецептуры		Выход 11-18	содержание основных питательных веществ						Цена
				12-18 лет						
				Белки	жиры	углеводы	Ккал			
2 день										
Обед										
Салат из свеклы с зеленым горош.	34		1\100	1,67	4,18	8,20	77,10			9,18
Рассольник «по-Ленинградски» с куриным мясом.	132			26,16	14,70	41,45	664,00			17,65
			1\300							
Плов из птицы	304		1\200	32,02	18,90	49,70	444,95			38,97
Чай с сахаром	943		1\200	0,20	0,00	14,00	28,00			2,1
Хлеб ржаной	7		1\50	5,20	0,96	2,10	144,80			5,1
Всего:				65,25	38,74	115,45	1358,85			73
Повар	ИИ		Завхоз	ИИ				Мед. сестра	ИИ	