



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 05 декабря 2025 года.**

Наименование блюда, напиток	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
<b>3 день</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
Суп молочный с макаронными изделиями	93	1/200	5,75	5,21	18,84	145,20	
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00	
Сыр	42	1\25	4,64	5,90	0,00	72,80	
Хлеб пшеничный	8	1\40	2,40	0,80	16,70	85,70	
<b>Всего:</b>			<b>12,99</b>	<b>11,91</b>	<b>49,54</b>	<b>331,70</b>	
<b>Обед</b>							
Салат из белокочанной капусты	79	1\60	1,56	3,00	1,86	41,40	
Щи из свежей капусты с куриным мясом.	439	1/250	14,60	3,30	26,70	274,00	
Рыба тушеная в том.соусе с овощами	486	1\100	16,05	9,85	8,35	194,00	
Картофельное пюре	694	1/150	3,15	7,95	22,05	112,50	
Чай	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00	
Печенье		1\145	2,70	3,70	36,70	699,00	
Хлеб пшеничный	8	1\30	1,80	0,6	12,52	64,27	
Хлеб ржаной	7	1\20	1,30	0,24	0,52	36,20	
<b>Всего:</b>			<b>41,36</b>	<b>28,04</b>	<b>122,18</b>	<b>1449,37</b>	
<b>Полдник</b>							
Пряник		1\100	5,50	6,00	75,00	380,00	
Компот из сухофруктов	868	1/200	0,40	0,00	24,76	94,20	
<b>Всего:</b>			<b>5,90</b>	<b>6,00</b>	<b>99,76</b>	<b>474,20</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>60,25</b>	<b>45,95</b>	<b>271,48</b>	<b>2255,27</b>	

*Товар для*

*закупки*

*с/с*



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 декабря 2025 года.**

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал.	
<b>5 день</b>							
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
<b>Всего:</b>			<b>4,12</b>	<b>9,16</b>	<b>36,16</b>	<b>217,50</b>	<b>45,46</b>
<b>Обед</b>							
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	12,92
Гуляш из куриной грудки	591	1\100	23,80	19,52	5,74	203,00	47,76
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	11,11
Фрукт	338	1\120	0,60	0,60	14,64	66,36	50,75
Сыр	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
<b>Всего:</b>			<b>48,14</b>	<b>48,79</b>	<b>154,35</b>	<b>1189,01</b>	<b>174</b>
<b>Полдник</b>							
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
<b>Всего:</b>			<b>5,20</b>	<b>28,20</b>	<b>86,30</b>	<b>640,00</b>	<b>31,97</b>
Итого за день			<b>57,46</b>	<b>86,15</b>	<b>276,81</b>	<b>2046,51</b>	
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 декабря 2025 года.**

Наименование блюда, напитков	№ рецептура	выход 7-11	содержание основных питательных веществ				Цена
			Белки	жиры	углеводы	Ккал	
<b>6 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный с мак.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
<b>Всего:</b>			<b>11,00</b>	<b>9,22</b>	<b>66,60</b>	<b>407,60</b>	<b>37,15</b>
<b>Обед</b>							
Салат из белокочанной капусты	79	1\60	1,56	3,00	1,86	41,40	5,84
Щи из свежей капусты с куриным мясом.	439	1/250	14,60	3,30	26,70	274,00	34,62
Котлета	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
Фрукт	338	1\260	0,60	0,60	14,64	66,36	71,05
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
<b>Всего:</b>			<b>81,91</b>	<b>22,19</b>	<b>104,22</b>	<b>908,98</b>	<b>174</b>
<b>Полдник</b>							
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:			<b>2,90</b>	<b>3,70</b>	<b>50,70</b>	<b>727,00</b>	<b>27,54</b>
Итого за день			<b>95,81</b>	<b>35,11</b>	<b>221,52</b>	<b>2043,58</b>	
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 11 декабря 2025 года.**

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	выход 11-18	содержание основных питательных веществ					Цена
				белки	жиры	углеводы	Ккал	7-11 лет	
<b>7 день</b>									
<b>Завтрак</b>									
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
<b>Всего:</b>				<b>9,72</b>	<b>10,98</b>	<b>64,24</b>	<b>397,30</b>		<b>36,5</b>
<b>Обед</b>									
Салат из свежих огурцов	13	1\60		0,46	3,65	1,43	40,38		11,48
Суп рисовый с куриным мясом.	204	1/250		6,18	3,30	14,65	113,00		25,66
Голень куриная	301	1\120		14,31	10,80	0,64	155,79		50,46
Макаронные отварные	688	1\150		5,10	7,50	28,50	202,50		9,96
Сок(0,2)	389	1\200		1,00	0,00	20,20	84,80		36,25
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
<b>Всего:</b>				<b>34,79</b>	<b>31,39</b>	<b>95,94</b>	<b>829,74</b>		<b>174</b>
<b>Полдник</b>									
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
<b>Всего:</b>				<b>27,04</b>	<b>6,70</b>	<b>30,70</b>	<b>186,50</b>		
<b>Итого за День</b>				<b>61,83</b>	<b>38,09</b>	<b>126,64</b>	<b>1016,24</b>		<b>25,09</b>
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 12 декабря 2025 года.**

Наименование блюда, напиток	№ рецептуры	выход 7-11	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
<b>8 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Всего:</b>			<b>15,91</b>	<b>18,16</b>	<b>52,56</b>	<b>409,90</b>	<b>37,3</b>
<b>Обед</b>							
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	37,45
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\136	2,70	3,70	36,70	699,00	53,62
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
<b>Всего:</b>			<b>39,70</b>	<b>37,67</b>	<b>140,06</b>	<b>1655,62</b>	<b>174</b>
<b>Полдник</b>							
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
<b>Всего:</b>			<b>5,90</b>	<b>6,00</b>	<b>99,76</b>	<b>474,20</b>	<b>21,82</b>
Итого за день			<b>61,51</b>	<b>61,83</b>	<b>292,38</b>	<b>2539,72</b>	
Повар			Завхоз				Мед. сестра