

МЕНЮ
МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 04 декабря 2025 года.



Утверждено
 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 свежкы с зеленым горош.	34	1\100	1,67	4,18	8,20	77,10	9,18
Рассольник с куриным мясом.	132	1\300	26,16	14,70	41,45	664,00	17,65
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 <u>СНЧ</u>		Завхоз <u>СНЧ</u>				Мед. сестра <u>СНЧ</u>	

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

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

Область им. В.Г.Белинского

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 1 л: 18	содержание основных питательных веществ				Цена
			12-18 лет				
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
3 день							
Обед							
Салат из белокочанной капусты	79		2,60	5,00	3,10	69,00	
Щи из свежей капусты с куриным мясом.	439	1\100	18,25	4,12	33,30	350,80	5,81
Рыба тушеная в том.соусе с овощами	486	1\300	16,05	9,85	8,35	194,00	19,8
Картофельное пюре	694	1\200	4,20	10,60	29,40	150,00	35
Чай с сахаром	943	1\200	0,20	0,00	14,00	28,00	12,34
Хлеб ржаной	7	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80	2,1
Всего:			46,50	30,53	90,25	936,60	5,1
							80,15
Повар <i>С.И.С.</i>			Завхоз <i>С.И.С.</i>				Мед. сестра <i>С.И.С.</i>

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 08 декабря 2025 года.

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

Наименование блюда, напитка	№ рецептура	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
4 день							
Обед							
Салат из свежих овощей.	13		0,77	6,08	2,38	67,30	11,8
		1\100					
Суп лапша-с курицей	108		183,40	10,17	9,42	220,16	17
		1\250					
Тефтели мясные	462		10,42	15,23	12,08	201,60	23,1
		1\100					
Гречка рассыпчатая с маслом	679		7,46	5,61	35,84	230,45	7,8
		1\150					
Компот из с/фруктов	868		0,04	0,00	24,76	94,20	5,32
		1\200					
Хлеб ржаной	7		5,20	0,96	2,10	144,80	5,1
		1\50					
Всего:			207,29	38,05	86,58	958,51	70,12
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 09 декабря 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептура	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
Туляш из куриной грудки	591	1\100	23,80	19,52	5,74	203,00	32,94
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:			49,40	49,74	158,16	1280,49	79,13
Повар <i>Сид</i>			Завхоз <i>Сид</i>			Мед. сестра <i>Сид</i>	

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 10 декабря 2025 года.

Наименование блюд, напитков	№ рецептуры	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			Белки	жиры	углеводы	Ккал	
6 день							Цена
Обед							
Салат из белокочанной 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	23,91
Котлета	608	1\100	15,55	11,55	15,70	228,75	26,16
Гороховое пюре	50	1\200	61,73	4,60	25,06	226,60	8,8
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:			103,53	26,23	93,26	1047,95	70,18
Повар			Завхоз				Мед. сестра

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



МЕНЮ

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

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
7 день							
Обед							
Суп рисовый с куриным мясом.	204	1\300	7,41	3,96	17,58	135,60	13,41
Голень куриная	301	1\15	16,48	12,93	0,97	177,04	43,5
Макаронны 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:			34,19	25,35	67,15	719,94	74,4
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, напитков	№ рецептуры	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ						Цена	
			12-18 лет							
			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				

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 15 декабря 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
9 день							
Обед							
Салат витаминный	40	1\100	1,5	4,60	11,00	91,00	
Суп гороховый с куриным мясом.	138	1\300	6,16	6,54	32,29	496,44	5,81
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	12,34
Хлеб ржаной	7	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80	3,49
Всего:			41,63	36,53	105,91	1225,65	68,22
Повар <i>В.Г.</i>			Завхоз <i>В.</i>			Мед. сестра <i>С.Ю.</i>	

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 16 декабря 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
10 день							
Обед							
Салат из моркови с яблоками	38	1\100	1,19	7,11	13,05	122,22	
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137	1\300	2,16	6,00	19,08	310,20	3
Плов из куриной грудки	304	1\200	32,02	18,90	49,70	444,95	20,68
Кисель	10	1\200	0,00	0,00	18,00	60,00	37,8
Хлеб ржаной	8	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80	5,52
Всего:			40,57	32,97	101,93	1082,17	72,1
Повар <i>СВ</i>			Завхоз <i>СВ</i>			Мед. сестра <i>СВ</i>	

МЕНЮ

МОУ СОШ № 1 г. Белинского Пензенской области им. В.Г. Белинского
На 17 декабря 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	
I день							Цена
ОБЕД							
Суп гороховый куриным мясом.	138	1\300	6,16	6,54	32,29	496,44	
Биточки	608	1\100	15,55	11,55	15,70	228,75	18,55
Макароны отварные	688	1\150	5,10	7,50	28,50	202,50	26,48
Компот из смеси сухофруктов	868	1\200	0,04	0,00	24,76	94,20	7,67
Хлеб ржаной	7	1\50	5,20	0,96	2,10	144,80	5,32
Всего:			32,05	26,55	103,35	1166,69	5,1
							63,12
Повар			Завхоз			Мед. сестра	

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

З.Г. Белинско

[illegible]

Утверждаю

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

Котелкина С.Ю..

MEHMO

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

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ					Цена
			12-18 лет					
			Белки	жиры	углеводы	Ккал		
3 день								
Обед								
Салат из белокочанной капусты	79	1\100	2,60	5,00	3,10	69,00		5,81
Щи из свежей капусты с куринным мясом.	439	1\300	18,25	4,12	33,30	350,80		19,8
Рыба тушеная в том. соусе с овощами	486	1\100	16,05	9,85	8,35	194,00		35
Картофельное пюре	694	1\200	4,20	10,60	29,40	150,00		12,34
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:			46,50	30,53	90,25	936,60		80,15
Повар <i>В.В. В.</i>								
Завхоз <i>В.В. В.</i>								
Мед. сестра <i>В.В. В.</i>								

В. Г. Белинского

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

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

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ 12-18 лет						Цена
			Белки	жиры	углеводы	Ккал			
5 день									Цена
Обед									
Салат из моркови с яблоками	38		1\100	1,08	0,18	8,62	40,40		
Суп крестьянский с куриным мясом.	201		1\300	7,48	9,40	19,40	185,35		7,58
Гуляш из куриной грудки	591		1\100	23,80	19,52	5,74	203,00		15,81
Рис отварной	304		1\200	11,64	19,48	100,00	596,94		32,94
Компот из свежих яблок	859		1\200	0,20	0,20	22,30	110,00		10,05
Хлеб ржаной	7		1\50	5,20	0,96	2,10	144,80		7,65
Всего:				49,40	49,74	158,16	1280,49		5,1
									79,13
Повар <i>А.В.В.</i>			Завхоз <i>И.В.В.</i>					Мед. сестра <i>С.В.В.</i>	

Утверждаю:
Директор МОУ СОШ №1, г. П.
им. В.Г. Белинского,


На 24 декабря 2025 года.

11/11/2023

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 25 декабря 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептура	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
7 день							
Обед							
Суп рисовый с куриным мясом.	204	1\300	7,41	3,96	17,58	135,60	13,41
Голень куриная	301	1\15	16,48	12,93	0,97	177,04	43,5
Макаронны 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:			34,19	25,35	67,15	719,94	74,4
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 26 декабря 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	

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 29 декабря 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
9 день							
Обед							
Салат витаминный	40	1\100	1,5	4,60	11,00	91,00	5,81
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	12,34
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	68,22
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 30 декабря 2025 года.

Наименование блюд, напитков	№ рецептур	выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
10 день							
Обед							
Салат из моркови с яблоками	38	1\100	1,19	7,11	13,05	122,22	3
Борщ из свежей капусты с куриным мясом.	137	1\300	2,16	6,00	19,08	310,20	20,68
Плов из куриной грудки	304	1\200	32,02	18,90	49,70	444,95	37,8
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:			40,57	32,97	101,93	1082,17	72,1
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 03 декабря 2025 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	Выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
1 день							
ОБЕД							
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
Макаронны 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:			32,05	26,55	103,35	1166,69	63,12
Повар <i>Степанов</i>			Завхоз <i>Степанов</i>	Мед. сестра <i>Степанов</i>			