



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 03 марта 2026 года.

Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	выход 11-18	содержание основных питательных веществ				Цена	
				7-11 лет					
				белки	жиры	углеводы	Ккал		
<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
Всего:				9,72	10,98	64,24	397,30		36,5
<b>Обед</b>									
Салат из свежих огурцов	13	1\60		0,46	3,65	1,43	40,38		15,47
Суп рисовый с куриным мясом.	204	1/250		6,18	3,30	14,65	113,00		20,58
Биточки	608	1\100		15,55	11,55	15,70	228,75		47,82
Макароны отварные	688	1\150		5,10	7,50	28,50	202,50		11,37
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:				30,39	26,24	90,80	745,10		111,94
<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
Всего:				27,04	6,70	30,70	186,50		
Итого за День				57,43	32,94	121,50	931,60		25,09
Повар				Завхоз				Мед. сестра	