



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 марта 2026 года.

на 16 марта 2020 года.												
Наименование блюда, напитков	№ рецептуры	выход 7-11	выхода 11-18	содержание основных питательных веществ								Цена
				7-11 лет				12-18 лет				
				белки	жиры	углеводы	Ккал	белки	жиры	углеводы	Ккал	
2 день												
ЗАВТРАК												
Суп молочный пшеничный 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:				11,05	16,89	49,73	398,50					36,54
Обед												
Салат из свеклы с зеленым горош.	34	1\60		1,00	2,51	4,92	46,26					8,54
Рассольник с куриным мясом.	132	1/250		20,93	11,76	33,16	531,20					22,98
Плов из птицы	304	1/150		25,62	15,12	36,03	355,96					68,67
Чай с сахаром	943	1\200		0,20	0,00	14,00	28,00					3,05
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
Всего:				50,85	29,63	100,63	1061,89					111,94
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
Повар			Завхоз	88,94	53,22	181,06	1646,89					